روزہ اور میڈیکل سائنس

حکیم جمیل اصغر جاوید



D N A



روزہ اور میڈیکل سائنس

روزہ اور میڈیکل سائنس

حکیم جمیل اصغر

ایم اے (اسلامیات)

فاضل طب و جراحت آر-یو-ایم-پی

خزینہ علم و ادب

الکریم مارکیٹ اُردو بازار - لاہور ۷۳۱۴۱۶۹

ملنے کے پتے

مکتبہ رحمانیہ، اقرا سنٹر، اردو بازار لاہور 7224228
کوالٹی ڈیپارٹمنٹل سٹور، کالج روڈ، بورے والا
اسلامی کتب خانہ، فضل الٰہی مارکیٹ، لاہور 7223506
مکتبہ رشیدیہ، نیو جنرل، چکوال
ویلکم بک پورٹ، اردو بازار، کراچی
یونیورسٹی بک ایجنسی، خیبر بازار پشاور
بک سنٹر علامہ اقبال چوک، سیالکوٹ
منیر برادرز، مین بازار، جہلم
احمد بک کارپوریشن، اقبال روڈ، راولپنڈی
بنگش بک ڈپو اردو بازار، سیالکوٹ
چوہدری بک ڈپو، مین بازار، دینہ
اسلامک بک سنٹر، اردو بازار، کراچی
ضیاء القرآن پبلشرز، گنج بخش روڈ، لاہور
فرید پبلشرز، نزد مقدس مسجد، اردو بازار، کراچی
کتاب گھر، علامہ اقبال روڈ، راولپنڈی
نیو الیاس کتب محل کچہری بازار، جڑانوالہ
ادریس کتاب محل، مین بازار، منڈی سمبڑیال
عمر بک سنٹر جی ٹی روڈ سرائے عالمگیر 653057
خان بک ڈپو حافظ آباد
جہانگیر بکڈپو اردو بازار کراچی
شکیل بک ڈپو سمندری
زمان لائبریری ربوہ
الیاس بک ڈپو جلال پور جٹاں
چغتائی بک ڈپو دھڈیال آزاد کشمیر
جالندھر بک ڈپو ڈسکہ
بخار سنز قصہ خوانی بازار، پشاور
الفضل کتاب گھر میرپور آزاد کشمیر
مسٹر بکس سپر مارکیٹ اسلام آباد 5-2278843
ذیشان بکس ستارہ مارکیٹ G-7 اسلام آباد 2204241

سعد پبلی کیشنز، فرسٹ فلور، میاں مارکیٹ لاہور 7122943
کشمیر بک ڈپو، تلہ گنگ روڈ، چکوال
مسلم بک لینڈ، بینک روڈ، مظفر آباد
ضیاء القرآن پبلشرز، اردو بازار، کراچی
نیو وہاڑی کتاب گھر جناح روڈ، وہاڑی 62310
رحمٰن بک ہاؤس، اردو بازار، کراچی
الکریم نیوز ایجنسی گول چوک، اوکاڑہ
شائلہ بک ایجنسی، محلہ چوہدری پارک، ٹوبہ ٹیک سنگھ
ہلال کاپی ہاؤس، لیاقت روڈ میاں چنوں 662650
مکتبہ العلم، ۱۷- اردو بازار لاہور
میاں ندیم، مین بازار، جہلم
دارالادب، تلمبہ روڈ، میاں چنوں
اشرف بک ایجنسی، کمیٹی چوک، راولپنڈی
شمع بک ایجنسی، فیصل آباد
ہاشمی برادرز کتب و رسائل گوردت سنگھ روڈ، کوئٹہ
رضا لائبریری شاہ کوٹ
الاخوان القادری مسندی کارنر اندرون بوہڑ گیٹ ملتان
نیو نفیس بک ڈپو مین بازار میانوالی
اسلامی کتب خانہ حافظ آباد
نظامی کتب خانہ پاکپتن شریف
خالد کتاب محل ادوگی، سیالکوٹ روڈ
لاثانی لائبریری ربوہ
سلیمی بک ڈپو احمد پور شرقیہ
الرحمت سٹیشنری ڈسکہ
کاروان بک سنٹر بہاولپور
اتفاق بک ڈپو بھلوال
مکتبہ فیض اردو بازار لالہ موسیٰ 515162
بک ٹاؤن F-10 مرکز اسلام آباد 2299604

دیدہ زیب اور
خوبصورت کتب کا
واحد مرکز

تزئین واہتمام

نذیر محمد، طاہر نذیر،



اشاعت	۲۰۰۳ء
اہتمام	محمد نذیر، طاہر نذیر
کمپوزنگ	الاشراق کمپوزنگ سنٹر،
مطبع	حافظ جمیل پرنٹنگ پریس
قیمت	160/- روپے
بیرون ملک	10 امریکی ڈالر

انتساب

رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا ۝

محترمہ والدہ معظّمہ

اور

محترم والد مکرم حکیم عبدالرحمٰن

نور اللہ مرقدھما

کے نام

جن کی دعاؤں کے طفیل

میرے ہاتھ میں قلم آیا

حسن ترتیب

مسائل روزہ

لیلۃ القدر

آخری عشرہ رمضان

مسائل اعتکاف

پیش لفظ

رمضان کے بابرکت ماہ میں از روئے آیت کریمہ شہر رمضان الَّذِی اُنزِلَ فِیہ القرآن ۔فرقانِ حمید جیسی کتاب کا نزول ہوا۔گویا اس مہینہ میں اللہ تعالیٰ نے اپنے فضل و کرم سے اپنے بندوں پر اپنی برکات کبیرہ اور انعامات کثیرہ کے باب کو وا کر دیا۔صوفیائے کرام نے رمضان کو دلوں کے منور کرنے کا مہینہ قرار دیا ہے کہ اس میں کثرت سے مکاشفات ہوتے ہیں اور نماز تزکیہ نفس کرتی ہے۔روزہ تزکیہ نفس کے حق میں اکسیر اور عذابِ دوزخ سے نجات دلانے کے لئے ڈھال کا حکم رکھتا ہے چنانچہ آنحضرت ﷺ کا ارشاد ہے ''الصیام جنۃ'' یعنی ماہ رمضان کے روزے انسان کے لئے عذابِ دوزخ سے بچانے کے لئے ڈھال ہیں۔ انسان روزہ رکھنے سے تمام قسم کے گناہوں سے رہائی پالیتا ہے۔اور اگر روزہ کے حقیقی معنوں پر تدبر سے کام لیا جائے تو یہ حقیقت عیاں ہو جائے گی کہ روزہ کس طرح تمام گناہوں سے پاک وصاف کر دیتا ہے۔

روزے کو عربی میں صوم کہتے ہیں اور صوم کے معنی عربی لغت میں رکنے ،خاموش رہنے اور بلند ہونے کے ہیں۔وجہ یہ کہ صائم کو حالتِ صوم میں اکل وشرب اور جماع وغیرہ سے رکنا پڑتا ہے اور گلہ وغیبت واہیات وخرافات سے اور دیگر قسم کے لاحاصل و بے فائدہ امور سے اجتناب کرنا پڑتا ہے۔ورنہ اس کا روزہ اللہ تعالیٰ کے ہاں کچھ حقیقت نہیں رکھتا۔

روزہ دار کو روزے کی مذکورہ بالا پابندیاں واقعی ایک زاہد و پارسا بنا دیتی ہیں اور یہ

روزے کا ایک عظیم معجزہ ہے۔ چنانچہ قرآن پاک میں خود اللہ تعالیٰ نے روزے کا مقصد یوں بیان فرمایا ہے:۔

یا یھاالذین آمنو کتب علیکم الصیام کما کتب علی الذین من قبلکم لعلکم تتقون(البقرہ)

''اے ایمان والوتم پر روزے فرض کیے گئے جیسا کہ تم سے پہلی قوموں پرفرض تھے تا کہ تم پرہیز گار بن جاؤ''

یہ ایسا فریضہ ہے کہ اگر بلا عذر ایک دن کا روزہ بھی چھوڑ دیا تو ساری عمر کے روزے بھی اس کا کفارہ نہیں بن سکتے (صحیح بخاری)۔اختصار سے اس کی خوبیاں و حکمتیں درج ذیل ہیں۔

(۱) روزے میں نفس کی کسی خواہش کی بھی پرواہ نہیں کی جاتی، لہذا نفس امارہ عقل کی ماتحتی میں بخوشی کام کرنے لگ جاتا ہے۔

(۲) ہم ہمیشہ اللہ تعالیٰ کی نعمتیں کھاتے پیتے ہیں لیکن شکر گزاری کا نام تک نہیں لیتے۔اور یہ امر مسلمہ ہے کہ اگر کسی کی کوئی محبوب و مرغوب چیز کچھ عرصے تک گم رہے تو اس کو اس کی قدر معلوم ہو جاتی ہے۔یہی حال روزے دار کا ہے۔سارا دن کھانا پینا متروک ہونے کی وجہ سے اس کو شام کے وقت قدر معلوم ہوتی ہے۔اور وہ اللہ تعالیٰ کی حقیقی نعمتوں کا شکر گزار بنا رہتا ہے۔

(۳) انسان کو روزے میں بھوکا پیاسا رہنا پڑتا ہے اس لئے اس میں مساکین و فقراء کے ساتھ حقیقی مروّت و ہمدردی کرنے کے جذبات پیدا ہوتے ہیں۔کیونکہ جن لوگوں نے کبھی بھوک پیاس دیکھی ہی نہیں وہ غرباء کے احوال سے کب آشنا ہو سکتے ہیں۔

(۴) محبت کے تقاضوں کو ایک محب ہی بخوبی جانتا ہے کہ جب یادِ محبوب اسے بے قرار کرتی ہے تو وہ کھانے پینے کو ترک کر دیتا ہے۔دنیا کی دلکش چیزیں موجود ہوتی ہیں مگر محب کا دل کسی کو بھی نہیں چاہتا یہی

حال روزے میں روزے دار کا ہے۔حکم الٰہی کی تعمیل کرتے ہوئے اس کی محبت اور عظمت و جبروت حضرت انسان کو کھانا پینا چھوڑنے پر مجبور کرتی ہے۔

(۵) قدرت نے انسانی قویٰ اس ترتیب سے بنائے ہیں کہ ایک قوت کی مدد سے دوسری قوت تربیت پاتی ہے۔اگر اس اصول و قانون پر روزے کی حقیقت کو دیکھا جائے تو روزے میں ایک بات جو نظر آتی ہے وہ یہ ہے کہ جب حالتِ روزہ میں اللہ تعالیٰ کے حکم کے مطابق حلال چیزوں کو چھوڑ دینے کی طاقت ترقی پا لیتی ہے۔پھر اس کی مدد سے حرام اشیاء کو ترک کرنے کی قوت خود بخود ترقی کرتی چلی جاتی ہے۔

(۶) روح اور جسم میں ایک خاص تعلق ہے اس لئے اطباء نے جہاں جسم کو سال میں ایک دفعہ مسہل دیا جانا ضروری خیال کیا ہے وہاں طبیب حقیقی نے بھی روح کے لئے سال بھر کے بعد ایک بار روزے کا مسہل فرض کیا۔تا کہ موادِ فاسدہ جمع ہو کر جسم و روح کو خراب نہ کریں۔

(۷) روزہ کی حالت میں بھوکا پیاسا رہنا انسان کے لئے زحمت نہیں بلکہ رحمت ہے۔حکماء اس بات کو جانتے ہیں کہ انسان کو کئی ایک بیماریاں ایسی لاحق ہوتی ہیں جن کا علاج صرف بھوک، پیاس ہی سے ہو سکتا ہے اور بس۔

(۸) جسمانی صحت کے لئے اطباء نے بھوک، پیاس کو مفید خیال کیا۔ایسا ہی زاہدوں اور عابدوں نے بھوک کو تزکیہ نفس و صفائی قلب کے لئے اکسیر ثابت کیا ہے۔

رمضان المبارک اور اُمّتِ مسلمہ

رمضان کی آمد پر غافل مسلمان بھی ایمان کی تازگی محسوس کرتے ہیں، اور اسی طرح پوری اُمتِ مسلمہ مسرت اور امید کے ملے جلے جذبات سے اس مبارک ماہ کا خیر مقدم کرتی ہے۔

رحمت و مغفرت کے علاوہ ہمیں یہ مہینہ اسلامی تاریخ کی عظیم الشان فتوحات کی بھی یاد تازہ کراتا ہے۔ اسلام کے ابتدائی دور میں اس مہینے کی آمد نصرت و فتح کی علامت ہوتی تھی۔ فتح مکہ کا بے مثال واقعہ بھی اسی مہینے کی یادگار ہے۔ رمضان کے مہینے میں مسلمانوں کو میدان بدر میں کامیابی ہوئی تھی۔

نصرت اور فتح مندی کی خوشخبری دینے کیلئے اس مہینے کا چاند اب بھی طلوع ہوتا ہے مگر اُمتِ مسلمہ کا بدن اپنے اور غیروں کے دیئے ہوئے زخموں سے چُور ہے۔ ہر آنے والا نیا سال اُمتِ مسلمہ کے لئے اپنے دامن میں حوادث اور مشکلات کو لیے ہوئے آتا ہے۔ نہ جانے رمضان المبارک کی نورانی ساعتیں کن ظلمتوں میں گم ہوگئیں، جن سے اسلامی تاریخ آج بھی منور ہے۔ ورنہ رمضان المبارک تو رحمتوں اور برکتوں سے آج بھی معمور ہے۔ اب بھی نصرت و کامیابی اس کے جلو میں آتی ہے۔ مگر کیا کیجئے اس مبارک ماہ کا استقبال کرنے والے دل تبدیل ہو چکے ہیں، ہمارا ایمان، طرزِ عمل، اندازِ فکر، معیار سوز و زیاں، مقاصد، مصلحتیں، غرض ہر چیز بدل چکی ہے۔

رمضان المبارک مسلمانوں میں اتفاق اور یک جہتی پیدا کرنے کی غرض سے آتا ہے۔ مگر یہ اُمت اس کے عین استقبال کے موقع پر افتراق کا شکار ہو جاتی ہے۔ اگرچہ رؤیت ہلال کا مسئلہ ہو یا اوقات سحر و افطار ہوں، ہر جماعت اس موقع پر اپنے علیحدہ تشخص کے اظہار کو لازمی سمجھتی ہے۔ عمومی جائزہ ہے اس حوالے سے سارا عالمِ اسلام بے اعتمادی اور خانہ جنگی کا شکار ہے۔

قبلہ اوّل مسجد اقصیٰ ابھی تک اسرائیل کے چنگل میں ہے، کل تک فلسطین کی بازیابی کا دعویٰ کرنے والے آج اپنے ہی دشمن سے کچھ لو اور کچھ دو کی بنیاد پر مذاکرات کے ذریعے فلسطین کی مسلمان قوم کے حصے بخرے کرنے پر تُلے ہوئے ہیں۔ مسلمانوں کے باہمی

اختلافات ہی کا یہ نتیجہ ہے کہ اسرائیلی حکومت دھڑلے سے کئی سو فلسطینی مسلمانوں کو ملک سے بے دخل کر رہی ہے۔ بھارت میں جنونی ہندوؤں کے سر پر خون سوار ہے، بابری مسجد کو شہید کر کے انہوں نے ہندوستان میں مسلم تاریخ کو ختم کرنے کا نیا باب کھولا ہے، اس قدر عظیم سانحہ پر بھی عالم اسلام کا ردِ عمل چند کھوکھلے احتجاجی نعروں، چند بے وزن مذمتی قرار دادوں سے آگے نہ بڑھ سکا۔ کشمیر کے نہتے مسلمانوں پر بھارتی فوج ظلم و ستم ڈھا رہی ہے۔ افغانستان میں ایمانی جوش و جذبے کی بنیاد پر حاصل کی گئی کامیابیاں ناکام بنا دی گئیں۔ بوسنیا کے مسلمانوں کی خونچکاں داستان دنیائے انسانیت پر شرمندگی اور افسوس کا نہ ختم ہونے والا ایک داغ بن چکی ہے۔ کونسی پریشانی ہے جو اس اُمت نے نہیں دیکھی، کون سا زخم ہے جو اس اُمت نے نہیں کھایا، کیا اس کا کوئی علاج بھی ہے؟

اے برادرانِ اسلام! اگر اور کچھ نہیں کر سکتے تو کم از کم اپنے مالک حقیقی سے ٹوٹا ہوا رشتہ ہی جوڑ لیں اور اس ماہ مقدس کے احترام و اکرام کے ذریعے اپنے ایمان و اعمال کی اصلاح ہی کر لیں۔ اس طرح اس خیر و برکت کے موسم میں ہم اپنے ظاہر کے ساتھ اپنے باطن کو بھی تبدیل کر لیں۔ اور اس طرح ہمارا اندازِ فکر و عمل بھی بدل جائے۔ شائد یہی تبدیلی ہمارے لئے اس ماہ کو فتح و نصرت کا مہینہ بنا دے۔

برادرم حکیم جمیل اصغر صاحب نے یہ کتاب ''روزہ اور میڈیکل سائنس'' کے عنوان سے لکھ کر ایک بہت بڑی کمی کو پورا کیا ہے۔ ان کا تعلق ایک علمی و دینی گھرانے سے ہے۔ اور عملی طب ان کا خاندانی ورثہ ہے۔ یہی وجہ ہے کہ مؤلف نے اس خاندانی روایت کو برقرار رکھتے ہوئے علم و طب کو مزید آگے لے جانے کی کوشش کی ہے، جس کا بین ثبوت یہ خوبصورت تحقیقی کتاب ہے۔ جسے آپ کے ہاتھوں کا لمس اور آپ کی توجہ کی سعادت نصیب ہو رہی ہے۔

اچھی کتاب لکھنا ہر کس و ناکس کا کام نہیں ہے۔ بقول خطیب بغدادی ''جس نے کتاب لکھی اُس نے اپنی عقل کو پلیٹ میں رکھ کر لوگوں کے سامنے پیش کر دیا''

میں نے اس کتاب کا مطالعہ کیا ہے۔ یہ طبّی لحاظ سے بہت مفید کتاب ہے بلکہ اس میں روزے کے متعلق بہت گراں مایہ معلومات ہیں۔ اس میں دیگر مذاہب کے لوگوں کا بھی ذکر کیا گیا ہے اور خاص کر میڈیکل سائنس کے حوالے سے اس میں بہت سی جدید

باتیں ہیں۔مثلاً وہ لکھتے ہیں ''بہت سے لوگ اس خوف کے پیشِ نظر روزہ نہیں رکھتے کہ روزے کے سبب یا روزہ کی حالت میں کہیں مرض کا غلبہ یا پیچیدگی پیدا نہ ہو جائے حالانکہ ایسا ہرگز نہیں۔جدید میڈیکل سائنس نے یہ ثابت کیا ہے کہ روزے دار کے جسم میں دوسرے افراد کی نسبت قوتِ مدافعت کئی گنا بڑھ جاتی ہے اور پھر دورانِ روزہ اندرونی اعضاء کی کارکردگی میں کمی واقع ہونے کے بعد انہیں آرام مل جاتا ہے۔اور بعد از آرام یہ اعضاء تازہ دم اور مستعد ہو جاتے ہیں۔اس طرح اعضاء کی کارکردگی میں اضافہ ہوتا ہے۔ اس کا عام سبب یہ ہے کہ اعضائے رئیسہ کو تقویت ملتی ہے۔روزے کی اس مسلمہ افادیت کو غیر مسلم اطباء نے بھی تسلیم کیا ہے بلکہ اہلِ مغرب مختلف امراض کے علاج میں روزہ رکھوا کر کامیاب علاج کرنے لگے ہیں۔ڈاکٹر ڈی جیکٹ کہتا ہے روزہ رکھنا امراض کی روک تھام کیلئے تقدم بالحفظ کی حیثیت رکھتا ہے (روزہ اور میڈیکل سائنس)۔

اسی طرح ''ہالینڈ کے پادری کا تجربہ'' کے تحت لکھا ہے پوپ ایف۔گال۔جی نامی ہالینڈ کا بڑا پادری گزرا ہے۔وہ روزے کے بارے میں اپنے تجربات اور ان کی طبی افادیت کے بارے میں اپنے نظریات کا یوں اظہار کرتا ہے۔ ''میں اپنے روحانی پیروکاروں کو ہر ماہ تین روزے (اسلامی ایام بیض کی طرز پر) رکھنے کی تلقین کرتا ہوں۔میں نے طریقہ کار کیلئے جسمانی اور ذہنی ہم آہنگی محسوس کی۔میرے مریض مجھ پر مسلسل زور دیتے کہ میں انہیں کچھ اور طریقہ بتاؤں لیکن میں نے یہ اصول وضع کر لیا کہ ان میں وہ مریض جو لاعلاج ہیں ان کو تین یوم نہیں بلکہ ایک ماہ کے روزے رکھوائے جائیں۔میں نے ذیابیطس (شکری) امراضِ قلب اور معدے کے امراض والوں کو مستقل ایک ماہ کے روزے رکھوائے''

۱۔ شوگر کے مریضوں کی حالت بہتر ہوئی۔ان کی شوگر کنٹرول ہو گئی۔

۲۔ دِل کے مریضوں کی بے چینی اور سانس کا پھولنا کم ہوا۔

۳۔ معدے کے مریضوں کو سب سے زیادہ افاقہ ہوا۔

حکیم جمیل اصغر صاحب نے مستشرقین کی سروے رپورٹ جو کہ جرمنی، برطانیہ اور امریکہ کے ڈاکٹرز نے مرتب کی اور رمضان المبارک کے متعلق یہ ثابت کیا کہ اس میں امراض کم ہو جاتے ہیں۔اس ریسرچ کیلئے انہوں نے پاکستان کے تین بڑے شہروں

کراچی، لاہور اور فیصل آباد کا انتخاب کیا اور مہینہ بھر وہ تحقیق و جستجو میں مصروف رہے۔

سروے رپورٹ ملاحظہ ہو

۱۔ کیونکہ مسلمان نماز پڑھتے ہیں اور خصوصاً رمضان المبارک میں زیادہ پابندی کرتے ہیں۔اس لیے وضو کرنے سے E.N.T (کان، ناک، گلا) کے امراض کم ہو جاتے ہیں۔

۲۔ کھانا کم کھانے سے معدے اور جگر کے امراض کم ہو جاتے ہیں۔

۳۔ چونکہ مسلمان ڈائٹنگ کرتا ہے اس لیے وہ اعصاب اور دل کے امراض میں بھی کم مبتلا ہوتا ہے۔

مؤلف نے علمی اور تحقیقی طور پر ثابت کیا ہے کہ روزے کے ذریعے انسانی خون پر اچھے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔روزہ معدہ اور آنتوں پر بہتر اثرات مرتب کرتا ہے، نظامِ اعصاب میں مکمل سکون کا باعث بنتا اور جگر کی بیماریوں کیلئے بھی نہایت مفید ہے۔اسی طرح سے نظامِ انہظام کیلئے یہ اکسیر کی حیثیت رکھتا ہے۔اس سے انسان کی توانائی بڑھتی اور نقاہت ختم ہوتی ہے۔انہوں نے کھجور کے اجزاء کے ذریعے سے ثابت کیا ہے کہ پیغمبر علیہ السلام ﷺ نے کھجور سے روزہ افطار کرنے کا حکم فرمایا تو یہ میڈیکلی نہایت مفید ہے۔کھجور سے افطاری کے طبّی فوائد کے تحت لکھتے ہیں کہ کیمیائی تجزیات نے یہ ثابت کیا ہے کہ کھجور حیاتین، معدنی اجزاء، پروٹینز اور مٹھاس سے بھرپور ایک مکمل غذا ہے۔جب ہم کھجور سے افطار کرتے ہیں اور اس کی مٹھاس منہ کی لعاب دار جھلی میں فوری جذب ہو کر گلوکوز میں تبدیل (Convert) ہو جاتی ہے۔جس سے جسم میں حرارت اور فوری توانائی حاصل ہو جاتی ہے۔

حکیم جمیل اصغر صاحب نے نہ صرف طبّی مسائل کے حل کیلئے روزے کو ضروری قرار دیا ہے بلکہ نفسیاتی مسائل کے حل کیلئے بھی۔چنانچہ مشہور ماہر نفسیات Sigmond Freud کے خیال کے مطابق تحریر کرتے ہیں۔میں فاقہ اور روزہ کا قائل ہوں۔میرے نزدیک دماغی و نفسیاتی امراض کا روزہ سے مکمل علاج ہے کیونکہ جسم انسانی میں مختلف ادوار آتے رہتے ہیں۔روزہ دار کا جسم بیرونی دباؤ قبول کرنے کی صلاحیت پا لیتا ہے۔روزہ دار

کو جسمانی کھچاؤ اور ذہنی ڈپریشن کا سامنا نہیں ہوتا۔

چونکہ اس کتاب میں حقائق و دلائل سے ثابت کیا گیا ہے کہ اکثر بیماریوں کا علاج روزے میں ہے۔

لہٰذا میرے خیال کے مطابق یہ کتاب موجودہ دور میں نہایت مفید ثابت ہوگی۔ اس سے اہلِ علم، عام لوگ، حکماء و ڈاکٹرز اور ہر طرح کے مریض مستفید ہونگے۔ اللہ تبارک وتعالیٰ اس کتاب کو شرفِ قبولیت بخشے۔ آمین۔

میں برادرِ عزیز حکیم جمیل اصغر صاحب کا بے حد شکر گزار ہوں کہ اس بہترین کتاب کے ''پیش لفظ'' کے لئے جن کی نظر انتخاب ناچیز پر پڑی۔

ذالک فضل اللہ یوتی من یشاء

پروفیسر ڈاکٹر عبدالرؤف ظفر

ڈائریکٹر سیرت چیئر

اسلامیہ یونیورسٹی بہاولپور

تقریظ

نحمدہ ونصلی علی رسولہ الکریم وعلی الہ واصحابہ واولیاء وبارک وسلم. وسلم تسلیما کثیراً کثیرا

اسلام عقل و دانش اور شعور کا مذہب ہے۔ جسکی بنیاد وحی الٰہی پر ہے جبکہ سائنس مشاہدات وتجربات کے ذریعے تحقیق وتفتیش کرتی اور ان تجربات وتجزیات سے حاصل شدہ معلومات سے کئی قسم کے نتائج اخذ کرتی ہے۔

دنیا بھر کے سائنسی محققین کو دو گروہوں میں منقسم کیا گیا ہے۔ یعنی ایک تو وہ ہے جو خدا پہ ایمان نہیں رکھتا جبکہ دوسرا گروہ خدا کی ذات اور اللہ کی اُن نشانیوں کو جن کی وجہ سے دنیا خوبصورت ہوئی پر یقین کامل رکھتا ہے۔

اگرچہ قرآن حکیم سائنس کی کتاب نہیں مگر دنیا بھر کے محققین قرآنی آیات پر سائنسی انداز و فکر سے جستجو کر رہے ہیں۔ اور مسلم دانشور قرآن حکیم اور جدید سائنس کا موازنہ کرنے میں مصروف عمل ہیں۔ ان میں مصر کے ڈاکٹر عبدالعزیز۔ ڈاکٹر ہلوک نور باقی (ترکی) ہارون یحیٰی وغیرہ کے نام قابلِ ذکر ہیں۔ جو اپنی علمی ضوفشانیوں سے یہ واضح کر رہے ہیں۔ مگر کوئی سائنس دان قرآن سے آگے اپنی تحقیق نہیں لے جا سکا۔ مثلاً بیسویں صدی کی سائنسی ٹیکنالوجی کی مدد سے جو اب تک سائنسی انکشافات ہوئے ہیں قرآن حکیم انہیں بے مثل و بے نظیر انداز میں 1400 سال قبل واضح کر چکا ہے۔

خالق حقیقی کی ان گنت تخلیقات میں سے سب سے خوبصورت شاہکار حضرت انسان ہے

جس کی Theory جاننے کیلئے سائنس دانوں نے صدیاں صرف کردیں یعنی علم الجنین (Embryology) پر سب سے پہلے تقریباً 400 سال قبل مسیح میں بقراط (Hippocrates) جسے بابائے طب (Father of Medicine) کہا جاتا ہے۔ نے اپنے تحقیقی سفر کا آغاز کیا اور بقراط کے ابتدائی نظریئے کو اساس بنا کر افلاطون (Plato) ارسطو (Aristotle) جالینوس (Galen) وغیرہ اپنی تحقیق میں وسعت پیدا کرتے چلے گئے۔ اور اسی طرح تحقیقی ارتقاء جاری رہا۔

1880ء میں ولیم نے اپنی مشہور کتاب The Anatomy of Human Embryo میں علم الجنین کے حوالے سے مصدقہ معلومات پہلی بار فراہم کیں۔ اگرچہ اس کے بعد بھی بیسویں صدی کے پہلے عشرہ میں مزید معلومات سامنے آئیں لیکن اس سب کچھ کے برعکس 1400 سال قبل قرآن حکیم نے جو وضاحت کی وہ اس سائنسی تحقیق سے کہیں مفصل اور معتبر ہے۔

مارس بیکسلے نے قرآنی آیات میں بیان کردہ جنین کے ارتقائی مدارج کے بارے میں لکھا ہے کہ ''جنین کی ارتقائی حالتوں کے بارے میں جو کچھ قرآن کی متعدد آیات میں بیان کیا گیا ہے وہ ان حقائق کے عین مطابق ہے۔ جو جدید سائنس نے صدیوں ٹھوکریں کھانے کے بعد ماضی قریب میں بہت پیچیدہ آلات ومشینری کی مدد سے حاصل کی ہیں۔ اور قرآن کے پیش کردہ ان حقائق پر آج تک کسی جانب سے کوئی اعتراض بھی نہیں کیا جاسکا،،

جرمن ماہر ریاضی وفلکیات جوہنز کیپلر کا کہنا ہے کہ وہ سائنسی سرگرمیوں میں اس لئے مصروف ہوا کہ وہ خالق حقیقی کی صنعت کاری کے اسرار ورموز سے آگاہی حاصل کرنا چاہتا تھا۔ اسی طرح برطانیہ کے ماہر فلسفہ وریاضی آئزک نیوٹن کا بیان ہے کہ سائنس اور اس کی دلچسپی کے پیچھے اصل محرک خدا کی قدرت کے بارے میں آگہی اور بہتر شعور حاصل کرنا تھا۔

اسلام اور سائنس کے مابین نہ تو کوئی عداوت ہے اور نہ تصادم بلکہ جدید اسلامی محققین نے قرآنی آیات کی سائنسی انداز میں تفسیر کر کے یہ ثابت کر دیا ہے کہ قرآن پاک جامع العلوم ہے۔ اس کی ایک ایک آیت میں پوشیدہ راز اس کی دانش، حکمت اور قدرت کو جدید سائنس تا حال نہیں پا سکی۔

دراصل سائنس خدا کی صناعیوں میں حسن توازن کو سمجھنے کا ایک طریقہ کار ہے۔ قرآنی احکامات میں بنی نوع انسان کے لئے یقیناً فائدہ ہی فائدہ ہے۔ جیسا کہ آپ روزہ کے ضمن میں ملاحظہ کریں گے۔

زیر نظر کتاب ''روزہ اور میڈیکل سائنس'' ایک جامع کتاب ہے جسے روزہ کا انسائیکلو پیڈیا کہنا بے جا نہ ہوگا۔ قبل ازیں اس موضوع پر اتنی ضخیم اور معیاری تالیف نظر سے نہیں گزری، اس میں مولف نے دو مختلف موضوعات کو یکجا کر کے ایک خوبصورت امتزاج ہی نہیں پیش کیا بلکہ ایک عصری تقاضے اور معاشرتی ضرورت کو بھی پورا کیا ہے۔

بیسویں صدی عیسوی کے آخری عشرہ تک یہی سمجھا جاتا رہا کہ روزہ محض نظام ہضم کو فائدہ پہنچاتا ہے لیکن جدید سائنسی علوم چونکہ تحقیق کے میدان میں بہت ترقی کر رہے ہیں انہوں نے اس حقیقت کو پالیا ہے کہ روزہ صحت انسانی کی بحالی کیلئے ایک معجزہ سے کم نہیں۔ مستشرقین اس وقت اسلامی تعلیمات پر سائنسی انداز سے تحقیق کر رہے ہیں اور روزہ کے بارہ میں اپنی تحقیقات کو بہت آگے تک لے گئے ہیں چنانچہ روزہ کی طبی منفعت کو تسلیم کیا جاچکا ہے۔

آکسفورڈ یونیورسٹی کے پروفیسر مور پالڈ نے لکھا ہے کہ ''میں اسلامی علوم کے مطالعہ میں مستغرق تھا کہ اچانک روزہ کا باب میرے سامنے آیا تو میں اسے پڑھ کر چونک گیا کہ اسلام اپنے ماننے والوں کو اور کچھ نہ بھی دیتا صرف روزے کا تحفہ ہی عطا کر دیتا تو پھر بھی اس سے بڑھ کر ان کے پاس کوئی اور نعمت نہ ہوتی''۔

اگرچہ ہم روز مرّہ کے مریضوں کے علاج کے دوران بعض امراض میں Nothing by mouth کی ہدایت کردیتے ہیں جس سے مریض بہت جلد Recover ہوجاتا ہے ۔بعض اوقات یہی مکمل علاج ہوتا ہے ۔بعض اوقات علاج کا اہم حصہ اور بعض دفعہ بطور پرہیز کے ۔مگر ہم نے اس کا روزہ سے Comparison کبھی نہیں کیا۔حالانکہ جدید سائنس نے یہ ثابت کردیا ہے کہ روزہ انسانی خلیہ سے لیکر اعضائے رئیسہ تک اثر انداز ہوتا ہے ۔اور اپنے اثرات جسم انسانی پر واضح طور پر مرتب کرتا ہے ۔

انسائیکلوپیڈیا آف برٹانیکا کے مضمون نگار نے Fasting کے عنوان کے تحت لکھا ہے '' کہ روزہ کے اصول اور طریقے گو آب وہوا، قومیت، تہذیب اور گردوپیش کے حالات کے اختلاف سے بہت مختلف ہے لیکن بمشکل ایسے کسی مذہب کا نام لے سکتے ہیں جس کے مذہبی نظام میں روزہ کو مطلقاً تسلیم نہ کیا گیا ہو۔

تاریخِ مذاہب عالم کا مطالعہ ہمیں بتاتا ہے کہ قدیم مصری ،قدیم یونانی ،عیسائی ،یہودی، پارسی اور ہندوؤں وغیرہ کے مذاہب میں روزہ موجود رہا ہے ۔ہمیں قرآن پاک نے بھی تو حکم دیا ہے ۔

''وان تصوموا خیر لکم ان کنتم تعلمون''

یعنی ''روزہ رکھنا ہی تمہارے حق میں زیادہ بہتر ہے اگر تم سمجھو''

علامہ شبلی نعمانی'' لکھتے ہیں کہ'' روزہ ایک قسم کی دوا ہے اور دوا کو بقدر دوا ہی ہونا چاہیئے تھا۔اگر پورا سال اس دوا میں صرف کردیا جاتا تو ایک غیر طبعی علاج ہوتا۔مسلمانوں کی جسمانی جدوجہد کا خاتمہ ہوجاتا اور ان کی شگفتگی مزاج مٹ جاتی اور عبادات کا اثر قبول نہ کرتی''

میڈیکل کے حوالے سے عرض ہے کہ کوئی بھی شخص خواہ صحت مند ہو یا مریض جب وہ روزہ کی حالت میں ہوتا ہے تو 12 سے 15 گھنٹہ تک ماکولات ومشروبات کے استعمال سے رکا

رہتا ہے جس کا جسم انسانی پر یہ اثر ہوتا ہے کہ اس کی Immunity بڑھتی ہے جملہ اعضاء بالخصوص دل، معدہ، جگر، لبلبہ، آنتوں، گردوں اور دماغ کو آرام کا موقع ملتا ہے ۔جس سے ان کی صلاحیتِ عمل میں اضافہ ہوجاتا ہے ۔اور کئی چھوٹے عوارض ازخود رفع ہوجاتے ہیں ۔

ایک موقر طبی رسالہ Med-Online نے 2003ء کے اوائل میں انسانوں اور جانوروں پر Fasting کے تجربات پر مبنی ایک طویل تحقیق شائع کی ہے ۔جس کا لب لباب یہ ہے کہ خوراک بند کردینے سے بہت کے امراض کے خلاف مدافعت پیدا ہوجاتی ہے ۔حتّٰی کہ حیران کن طویل عرصے تک خوراک کی بندش بھی کئی لحاظ سے مفید پائی گئی ہے ۔

مغرب میں Eating Disorder کی بہتات ہے ۔اور ان کے علاج کیلئے مخصوص کلینک اور سپیشلسٹ کام کررہے ہیں ۔لیکن یہ بیماریاں اس کے باوجود قابو سے باہر ہیں ۔روزہ ایک ایسا علاج ہے جس میں نہ ہینگ لگتی ہے نہ پھٹکری اوران جیسی کئی بیماریوں کا تدارک اور روک تھام مفت میں ہوجاتی ہے ۔روزہ انسان میں خود اعتمادی کا ایک ایسا جذبہ اور قوت پیدا کرتا ہے جو کہ اس کے بغیر حاصل ہونا محال ہے ۔یہی خود اعتمادی انسان کو نفسیاتی عوارض سے محفوظ و مامون رکھتی ہے ۔

''روزہ اور میڈیکل سائنس'' کی تقریظ لکھنے کی ذمہ داری جب مجھے تفویض کی گئی تو ہچکچاہٹ محسوس ہوئی ۔جس کی وجہ اوائل سطور میں تحریر کی گئی ہے ۔لیکن مسوّدہ پڑھنے سے محسوس ہوا کہ الفاظ کے یہ موتی جو گناہ وثواب کے امتیاز کے ساتھ مالا کی صورت میں پروئے گئے ہیں وہ بلاشبہ قابلِ صد تحسین ہیں ۔

کتاب کے مؤلف حکیم جمیل اصغر صاحب کی اگرچہ اس سے قبل بھی متعدد کتب نظر سے گزریں لیکن اسلامی اور مذہبی حوالہ سے تشنگی محسوس ہوتی تھی ۔تاہم انہوں نے یہ کمی دور کردی جو آج پیشِ اہلِ فکر ونظر ہے ۔

مؤلف نے اس کتاب میں گزشتہ روائت سے انحراف کرتے ہوئے ایک ایک لفظ کو

نہ صرف قرآن وحدیث کے مطابق قلمبند کیا بلکہ جسمانی صحت کے حوالے سے بھی بہت سی معلومات کا احاطہ کیا ہے۔

قارئین کرام! کون سوچ سکتا تھا کہ ایسا شخص جو عمامہ ولحیہ سے بے نیاز محراب ومنبر سے دور کھڑا اپنی نارسائی کو تسلیم کرتے ہوئے بھی اتنی پارسا سوچ رکھتا ہے کہ ایک لفظ بھی بغیر تحقیق اور تصدیق کے تحریر نہیں کرتا۔ جو بظاہر معمولی سے نبض شناس کی شہرت رکھتا ہے وہ باطن سے اتنا خدا شناس بھی ہو سکتا ہے۔ اور روح کی پاکیزگی، جسم کی توانائی اور دماغ کی تمام تر رسائی صرف کرکے ''روزہ اور میڈیکل سائنس'' جیسی بے نظیر کتاب پایہ تکمیل تک پہنچا سکتا ہے۔

دُعا ہے اللہ ربُ العزت انکی اس کوشش کو قبول فرمائے اور ان کے قلم کو عوام کیلئے ہمیشہ نفع رساں بنائے۔

رب یسر ولا تعسر وتمم بالخیر ۔آمین

ڈاکٹر ریاض احمد بٹ

ماہر دماغ ونفسیاتی امراض

بلڈ ٹرانسفیوژن آفیسر محکمہ صحت پنجاب

تسمیہ

یوں تو کتاب الٰہی اور حدیث رسول اللہ ﷺ میں روزہ جیسی اہم عبادت کے فضائل و فوائد کے بارے میں بہت کچھ ارشاد ہوا ہے اور دانشوران اسلام نے بھی اس کے حکم و مصالح کے بیان میں کوئی کسر نہیں چھوڑی لیکن پھر بھی نفس انسانی اپنے منچلے پن کے باعث اس عظیم اور مفید عبادت کی ادائیگی سے گریزاں ہے۔ شائد کچھ ایسی ہی انسانی نفسیات کے پیش نظر مرزا غالب نے کہا تھا کہ

جانتا ہوں ثواب طاعت و زہد
پر طبیعت ادھر نہیں آتی

اسی طرح نفس انسانی کی ایک کمزوری یہ ہے کہ وہ غیر مرئی منفعت والے امور و احکام کی طرف بآسانی ملتفت نہیں ہوتا۔ اور ان پر عمل کی مشقت سے مجتنب رہتا ہے۔ لیکن اس کے برعکس جب وہ کسی امر میں طبعی اور مادی منفعت دیکھتا ہے تو ادھر میلان بھی کرتا ہے۔ اور آسانی سے آمادۂ عمل بھی ہو جاتا ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ ایک اور نفسیاتی کمزوری یہ بھی ہے کہ ذہن انسانی ہر دور میں ایک خاص زبان اور خاص اسلوب میں بات سننا پسند کرتا ہے۔ تاریخ اس امر کی گواہ ہے کہ کبھی انسان نے ادب کی زبان میں بات سننا پسند کی تو کبھی فلسفے کی زبان میں، کبھی نفسیات کی زبان میں تو کبھی سیاسیات اور معاشیات کی زبان میں۔ مگر اب چونکہ طبعی علوم اور سائنسی فنون کا دور دورہ ہے اس لیئے انسانی کان بھی اب ہر اس بات کی طرف متوجہ ہوتے ہیں جو سائنس، ٹیکنالوجی اور کمپیوٹر وغیرہ کے حوالے

سے ہو اور پھر جدید لب و لہجے میں ہو۔

احقر نے ان ہی محرکات کے پیش نظر ''روزہ اور میڈیکل سائنس'' کے عنوان کے تحت کتاب مدوّن کر کے یہ ثابت کرنے کی کوشش کی ہے کہ دیگر روحانی ،اخلاقی اور معاشرتی فوائد کے ساتھ ساتھ روزہ کے اندر ایسے بیشمار وہ طبی فوائد بھی موجود ہیں جو صحت انسانی کے تحفظ اور بہت سی خطرناک بیماریوں کے علاج کیلئے معجزاتی تاثیر کے حامل ہیں۔

خواہاں ہوں کہ اس کتاب کے مطالعے سے قارئین کرام کو دوہرا فائدہ حاصل ہوگا۔ سب سے بڑا تو یہ کہ شائد کسی کو اس اہم دینی فریضے کی ادائیگی کی توفیق مل جائے جس سے اس کا اپنے خالق سے ٹوٹا ہوا رشتہ پھر سے استوار ہو جائے۔اور دوسرا فائدہ Hygiene یعنی حفظ صحت کی صورت میں حاصل ہوگا۔جس کے لئے وہ بیش بہا دولت پھونک کر بھی مضطرب اور کبیدہ خاطر دکھائی دیتا ہے اور اس طرح وہ

ع مرض بڑھتا گیا جوں جوں دوا کی

کی سی صورت حال سے دوچار ہے۔

اگرچہ ''اسلام اور سائنس'' ''سنت نبویؐ اور جدید سائنس'' ، ''طب نبویؐ اور جدید سائنس'' اور اسی نوع کی اور بھی متعدد کتب منظر عام پہ آ چکی ہیں ۔لیکن اسپیشلائزیشن (Specialization) کا دور کسی ایک عنوان کے بارے میں ''ھل من مزید'' کا تقاضا کرتا ہے۔جبکہ روزہ اور میڈیکل سائنس کے حوالے سے مذکورہ کتب میں مواد جزوی اور مختصر ہے۔

میں نے اپنے پیشے کے حوالے سے اس کمی کو شدت سے محسوس کیا اور اس اہم موضوع یعنی صرف روزہ کے بارہ میں میڈیکل سائنس کے تناظر میں جستجو کی اور مذکورہ عنوان کے متعلق زیادہ سے زیادہ مستند اور تحقیقی مواد طبی انداز سے پیش کرنے کی کوشش کی ہے۔

''روزہ اور میڈکل سائنس'' کی تدوین و ترتیب کے ضمن میں سب سے زیادہ ممنون

احسان اس ذات الٰہی کا ہوں جس کی توفیق و طاقت کے بغیر یہ سب کچھ ناممکن تھا۔اسی طرح جن احباب نے بڑی شفقت سے تعاون فرمایا ان کا تذکرہ نہ کرنا بھی علمی کوتاہی اور کم مائیگی ہوگی۔ان میں محترم ڈاکٹر پروفیسر عبدالرؤف ظفر صاحب (ڈائریکٹر سیرت چیئر، اسلامیہ یونیورسٹی بہاولپور) کا تہہ دل سے شکر گزار ہوں جنہوں نے انتہائی شفقت فرماتے ہوئے کتاب ہٰذا کے مسودہ پہ نظر ثانی فرمائی۔اور پیش لفظ کو تحریر فرمایا۔

علاوہ ازیں محترم ڈاکٹر ریاض احمد بٹ صاحب (ماہر دماغی و نفسیاتی امراض) و محترم ڈاکٹر مسعود احمد جتالہ صاحب (آئی سرجن و ایڈیشنل پرنسپل میڈیکل آفیسر) کا ممنون ہوں جنہوں نے میڈیکل سائنس کے حوالے سے میری رہنمائی اور علمی تعاون فرمایا۔ایسے ہی میں اپنے قابل صد احترام دوست جناب پروفیسر انور جمیل صاحب (گورنمنٹ پوسٹ گریجویٹ کالج چشتیاں) کا سپاس گزار ہوں جنہوں نے کتاب کی ترتیب و تہذیب کے حوالے سے حقِ دوستی ادا کیا۔

پروف ریڈنگ کے مرحلے میں میرے ضیاء الابصار عزیزان محمد وقاص جمیل و محمد صہیب جمیل نے میرا ہاتھ بٹایا۔

میں ان تمام کرم فرماؤں کا بار دیگر ممنون ہوں جن کی معاونت کے بغیر شائد یہ کتاب جلد مرتب نہ کر پاتا۔

آخر میں اپنے قارئین سے ملتجی ہوں کہ میری اس تالیف کا بنقد و نظرِ غائر مطالعہ کریں اور اس میں علمی و فنی اغلاط کی بلا جھجک نشاندہی فرمائیں۔میں انشاءاللہ ان کی ہر مثبت تنقید کو نا صرف بسر و چشم قبول کروں گا بلکہ اغلاط کے ازالے کی بھی ہر ممکن کوشش کروں گا۔

اَلحمدُ لِلّٰہ علٰی ذالِک

حکیم جمیل اصغر

محکمہ صحت حکومت پنجاب

تحمید

نام لیوا یہ ترا یوں تو بہت کم لکھتا ہے
جب بھی لکھتا ہے تو با دیدۂ نم لکھتا ہے
سینکڑوں بار مری سوچ وضو کرتی ہے
تب کہیں جا کے ترا نام قلم لکھتا ہے

فَمَنْ شَهِدَ مِنكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ (البقرہ۱۸۵)

پس تم میں سے جو شخص ماہ (رمضان) کو پائے تو (اسے چاہیے کہ وہ ضرور) روزے رکھے

روزہ
فرضیت
حکمتیں

بسم الله الرحمن الرحيم

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ وَحْدَهُ والصَّلٰوةُ والسَّلامُ عَلٰى مَن لَّا نَبى بَعده...... اما بعد

رمضان المبارک قمری مہینوں میں نواں (9th) مہینہ ہے۔اس مہینے کے دامن میں رحمتیں، برکتیں، عظمتیں اور رفعتیں اس قدر ہیں کہ ان کی بنا پر یہ مہینہ ممتاز ہے اور جس میں امت کے لیے خداداد انعامات ہیں۔

رمضان المبارک وہ مہینہ ہے جس میں اللہ تعالیٰ نے تنزیل قرآن فرمائی۔اللہ رب العزت نے اس ماہ کو اپنی طرف خاص نسبت فرمائی ہے۔حدیث شریف میں ہے کہ رمضان شہر اللہ یعنی رمضان اللہ تعالیٰ کا مہینہ ہے اور یہ ظاہر ہے کہ ہر چیز میں نسبت کی وجہ سے منسوب الیہ کی عظمت کے اثرات پیدا ہوتے ہیں۔ جب اس مہینہ کو اللہ تعالیٰ نے اپنی طرف منسوب فرمایا تو اس خصوصی نسبت سے یہ معلوم ہو گیا کہ اس کو اللہ تعالیٰ کے ساتھ کوئی ایسا خصوصی تعلق ہے جس کی بنا پر اس مہینے کو دوسروں پر فوقیت ہے۔

اس ماہ مبارک میں تجلیات الیہ نازل ہوتی ہیں۔حضرت سلمان فارسیؓ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا (رمضان المبارک کا) ابتدائی حصہ رحمت ہے۔ درمیانی حصہ مغفرت اور آخری حصہ آتش دوزخ سے آزادی کا ہے۔

اگر رمضان المبارک میں بھرپور عبادات کے توسط سے انوار و برکات کے حاصل کرنے کی توفیق بسبب افاضہ رحمت میسر آ جائے تو اللہ تعالیٰ اپنے بندے سے خوش ہو کر معافی گناہ فرما کر مغفرت فرما دیتے ہیں تو آتش دوزخ سے بھی نجات مل جاتی ہے اور جنت میں داخلہ کی استعداد نصیب ہو جاتی ہے۔

اعمال رمضان المبارک پر مداومت اور اعمال صالحہ کی پابندی میں پورا مہینہ گزار دیا جائے اور آخر تک یہ سلسلہ عمل جاری رہے تو ایسے لوگوں کے لیے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے نوید سنا دی۔فرمایا نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے رمضان المبارک کی آخری شب میں سب کو بخش دیا جاتا ہے۔

وجہ تسمیہ رمضان:

عربوں میں از منہ قدیم (دور جاہلیت) سے ہی اس مہینے کا نام رمضان چلا آ رہا

ہے۔لفظ رمضان رمض سے ماخوذ ہے جس کا مصدر اَلــرَّمَــض ہے۔ جس کے معنی ہیں گرمی کی جلن۔معروف عربی لغت المنجد میں رمض کے معانی درج ذیل ہیں۔

☆ رَمَض النهارُ .... دن کا بہت گرم ہونا

☆ رَمَض الشمس .... ریت وغیرہ پر تیز دھوپ کا پڑنا۔

☆ رَمَض رحیله .... گرم زمین سے کسی کا پاؤں جلنا۔

اسی طرح شیخ حسین بن محمد بن مفضل المعروف راغب اصفہانی شیخ مجد الدین محمد یعقوب فیروز آبادی شیرازی اور شیخ فضل بن حسن طبرسی وغیرہم فرماتے ہیں۔

☆ شَهْرَ رَمَضَان، هُوَ مِنَ الرَّمَضِ اَیْ شدة وَقْعِ الشَّمْسِ

☆ الرمض مُحَرّكَة شِدَّةُ وَقعِ الشمس عَلٰی الرمل وَغَيْرِهٖ

☆ واصل رمضان من الرمض وهو شدة وقع الشمس علٰی الرمل وغيره

☆ یعنی دراصل رمضان رمض سے ماخوذ ہے جس کا مفہوم ہے ریت وغیرہ پر سورج کی گرمی کی شدت سے پڑنا۔

☆ شیخ عبدالقادر جیلانی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ لغت عرب کے مشہور امام ابو عمرو نے کہا ہے کہ رمضان کی وجہ تسمیہ یہ ہے کہ اس ماہ میں سورج کی گرمی کے سبب پتھر وغیرہ سخت گرم ہو جاتے ہیں جس سے اونٹوں کے بچوں کے پاؤں جلنے لگتے ہیں۔

☆ ازمنہ قدیم میں حدت کی نسبت سے اس مہینے کا نام رمضان رکھ دیا۔

حضرت انسؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ رمضان کو رمضان اس لیے کہتے ہیں کہ یہ گناہوں کو جلا کر ختم کر دیتا ہے۔

(تحفہ رمضان بحوالہ الجامع الصغیر، تفسیر مظہری)

شیخ فضل بن حسن طبرسی اور شیخ عبدالقادر جیلانی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ رمضان کی وجہ تسمیہ یہ ہے کہ یہ مہینہ اللہ تعالیٰ کی رحمت، بخشش اور مغفرت کی کثرت کی وجہ سے مسلمانوں کے گناہوں کو جلا کر ختم کر دیتا ہے۔ (تحفہ رمضان بحوالہ مجمع البیان فی تفسیر القرآن)

روزہ کیا ہے؟

روزہ کو عربی زبان میں صوم کہتے ہیں جس کے لغوی معنی کسی ارادی فعل سے باز رہنے اور رک جانے کے ہیں۔اصلاح شریعت کے لحاظ سے روزے کے ارادے یا نیت کے ساتھ طلوع فجر سے غروب آفتاب تک ہر قسم کے مفطرات سے رک جانا۔

بعض فقہا نے (مفطرات سے رک جانا) سے مراد کھانے پینے اور عمل زوجیت سے باز رہنا بیان فرمایا ہے۔روزہ کی تعریف یوں ہے کہ پو پھٹنے (صبح صادق) سے لے کر غروب آفتاب (کامل) تک کھانے پینے اور عمل مباشرت سے اپنے آپ کو روکنے اور اس کی پابندی کے عمل کو روزہ کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے۔روزہ پانچ چیزوں کا تقاضا کرتا ہے۔

☆ کھانے سے اجتناب ☆ پینے سے اجتناب

☆ ازدواجی عملی تعلق سے اجتناب ☆ روزے کی مدت (تعین وقت)

☆ سب چیزوں سے اجتناب کی نیت

بھوک پیاس اور جذبات بغیر روزہ کی نیت کے برداشت یا اپنے آپ کو پابند کر لینے سے کوئی فائدہ نہیں یعنی اس طرح روزہ نہیں ہوگا جب تلک روزہ کی نیت سے اپنے آپ پر مذکورہ پابندیاں نہ لگائے۔

روزے کا فلسفہ

روزہ ارکان اسلام کا تیسرا رکن ہے ایمان لانے یعنی کلمہ طیبہ اور نماز کے بعد فرض کا حکم رکھتا ہے۔بلاشبہ احکام خداوندی کسی فلسفے یا حکمت سے خالی نہیں اور فرضیت روزہ کی حکمتوں اور افادیت کا مفصل جائزہ لیں تو ہمیں معلوم ہوگا کہ روزہ انسان کی مادی اور روحانی زندگی پر کیا اثرات مرتب کرتا ہے۔

قرآن حکیم میں خدائے بزرگ و برتر نے تمام اہل ایمان سے ارشاد فرمایا

یاایها الذین آمنوا کتب علیکم الصیام کما کتب علی الذین من قبلکم لعلکم تتقون. (البقرہ۲:۱۸۳)

اے ایمان والوتم پر روزے فرض کئے گئے جس طرح تم سے پہلی (امتوں) پر فرض تھے تاکہ تم پرہیزگار (متقی) بن جاؤ۔

مندرجہ بالا آیت مبارکہ میں دو اہم باتوں کی توضیح کی گئی ہے اولاً یہ کہ روزے صرف امت محمدیہ صلی اللہ علیہ وسلم پر ہی نہیں بلکہ اس سے قبل گزرنے والی امم پر بھی فرض تھے اور ثانوی یہ کہ روزے کا مقصد واضح کیا گیا۔ فرمایا: لَعَلَّكُمْ تَتَّقُوْنَ (تاکہ تم متقی بن جاؤ) باالفاظ دیگر اُمت مسلمہ کے کردار و سیرت کو پاکیزہ اثرات سے تقویٰ اور پرہیزگاری کے رنگ میں رنگ دیا جائے۔

روزے کی فرضیت

دوسری صدی ہجری میں تحویل کعبہ کے واقعہ سے کم و بیش دو ہفتے بعد روزہ کی فرضیت کا حکم نازل ہوا اور رمضان المبارک کو ماہ صیام قرار دیا جس کے بارہ میں ماہ شعبان میں ارشاد ربانی ہوا۔

فَمَنْ شَهِدَ مِنْكُمُ الشَّهْرَ فليصمه

''پس تم میں سے جو شخص ماہ (رمضان) کو پائے تو (اسے چاہیے)
کہ وہ ضرور روزے رکھے۔'' (البقرہ ۲:۱۸۵)

اس آیت مبارکہ میں روزہ رکھنے کا حکم ہر اس شخص کو دیا گیا جو مشرف بہ اسلام ہوا اور اس نے اپنی زندگی میں اس ماہ مبارک کو پالیا۔ تاریخ کا مطالعہ کرنے سے معلوم ہوتا ہے کہ امت محمدیہ صلی اللہ علیہ وسلم سے قبل آنے والی امم ہر ماہ روزے رکھتیں مثلاً ایام بیض یعنی قمری مہینے کی تیرہ چودہ اور پندرہ تاریخ کو (تین روزے) فرض تھے۔ یہود و نصاریٰ دس محرم الحرام کو باقاعدگی اور اہتمام سے روزہ رکھتے۔ ماہ رمضان کو ماہ صیام کے حکم کے بعد مذکورہ روزوں کی حیثیت و مقام میں قدرے تبدیلی واقع ہوئی یعنی ان روزوں کا جو فرض تھے سنت کا درجہ اختیار کر گئے۔ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ایام بیض اور دس محرم الحرام کے روزے رکھنے کا معمول مدت العمر رہا۔

روزے کی حکمتیں

فقہا اور محققین نے روزے میں نہاں پانچ حکمتوں کے بارے میں وضاحت فرمائی ہے۔

☆تقویٰ اور مقام صبر ☆مقام شکر
☆ایثار و قربانی کی ترغیب ☆تزکیۃ النفس
☆رضائے الٰہی کا حصول

حصولِ تقویٰ

ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ

یا ایها الذین آمنو کتب علیکم الصیام کما کتب علی الذین من قبلکم لعلکم تتقونo

''اے ایمان والو! تم پر روزے فرض کیے گئے جس طرح تم سے پہلی (امتوں) پر فرض تھے۔ تاکہ تم پرہیزگار (متقی) بن جاؤ۔''

سورۃ البقرہ کی اس آیت مبارکہ میں اللہ تعالیٰ نے اہل ایمان کو تصریح فرما دی کہ ''تم پر روزے اس لیے فرض کیے گئے تاکہ تم متقی بن جاؤ'' یعنی روزے کا مقصد اولین انسانی سیرت میں تقویٰ کا جوہر پیدا اور نمایاں ہو جائے اور مومن کے قلب و باطن کو روحانیت و نورانیت سے جلا دیتا ہے۔ اب قابل توجہ بات یہ ہے کہ روزہ کے تقاضے پورے کرنے کے بعد جو تقویٰ حاصل ہوا اس کو بہتر طریقے سے بروئے کار لایا جائے تو انسان (مومن) کے اندر کی زندگی میں یقیناً عظیم تغیر ہوگا جس سے انسان کی ظاہری شخصیت و زندگی پر گہرا اثر ہوگا۔

عفت و پاکیزگی کی ایسی فضا جب پیدا ہو جائے تو انسان کے اندر از خود ایک ایسا انقلاب آئے گا کہ بندہ صالح اعمال کی طرف راغب اور برائیوں سے اجتناب شروع کر دے گا۔ یہ اس بات کا بین ثبوت ہے کہ انسان کا نفس سدھر گیا ہے اور وہ اب شیطان کے تابع نہیں رہا۔ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے کہ ''ہر انسان کے ساتھ نفس کی صورت میں

ایک شیطان لگا ہوا ہے اور میرا نفس (شیطان) مشرف بہ اسلام ہو چکا ہے۔ (مشکوٰۃ المصابیح)

دوسری حکمت

صبر اور پھر شکر کرنا تقویٰ ہی کی کیفیت ہے۔ یعنی کسی نعمت سے محرومی پر انسان اپنی زبان پر شکوہ نہ لائے اور خاموشی سے برداشت کرے اور متقی ہر حال میں رضائے الٰہی پر شاکر ہوتا ہے۔

روزہ انسان کو تقویٰ کے اس مقام پر پہنچا دیتا ہے جہاں انسان تربیت یافتہ صابر و شاکر بن جاتا ہے اور روزہ اس کے اندر یہ خوبی پیدا کر دیتا ہے کہ کسی نعمت کے چھن جانے پر اس کی طبیعت میں ملال نہ ہو، ہر آزمائش میں پورا اترے اور پھر اپنے پروردگار کا شکر کرے۔

تیسری حکمت

انسان روزہ کی حالت میں طلوعِ فجر سے غروبِ آفتاب کے مابین بھوک پیاس کی صعوبت برداشت کرتا ہے جس سے انسان کے دل میں ایثار، قربانی اور ہمدردی کا جذبہ تقویت پاتا ہے۔ کیونکہ روزہ دار عملاً بھوک پیاس کے مشاہدے سے گزر جاتا ہے تو پھر مفلوک الحال اور ضروریاتِ زندگی سے محروم لوگوں کے بارے میں احساس بیدار ہوتا ہے۔

دراصل خدائے ذوالجلال والاکرام روزے کے ذریعے اپنے آسودہ حال بندوں کو ان شکستہ اور بے سروساماں لوگوں کی زبوں حالی سے آگاہ فرمانا چاہتا ہے اور روزہ دار اس حکمت کو جان جاتا ہے جس سے دردمندی، ایثار، غم خواری کا احساس پیدا ہو جاتا ہے۔

چوتھی حکمت

روزہ انسان کے نفس اور قلب و باطن کو ہر قسم کی کثافتوں اور غلاظتوں سے پاک و صاف کر دیتا ہے۔

جسم اور روح دو مختلف چیزیں ہیں۔ جسم کی بالیدگی اور بقاء کے لیے غذا اور دیگر مادی لوازمات مہیا کرنا پڑتے ہیں جبکہ روح کی غذا یہ لوازمات نہیں ہیں جنہیں ہم لوازماتِ

حیات کہتے ہیں کیونکہ روح بذاتِ خود ایک لطیف چیز ہے اس لیے اس کی غذا اور دیگر تقاضے بھی صالح ہی ہونا چاہئیں یعنی دنیاوی لذت ترک کر دینے سے روح کو تقویت ملتی ہے۔

روزہ جسم کو فطری مسرت اور تقویت دیتا ہے اور روزے کے تقاضے پورے کرنے کی غرض سے جسم کے تقاضوں کو روکے رکھتا ہے جس سے روح لطیف اور قوی ہو جاتی ہے۔

گویا یوں روزہ تزکیۃ النفس کرتا ہے۔

پانچویں حکمت

حضرت ابوہریرہؓ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ بے شک تمہارا رب ارشاد فرماتا ہے کہ ہر نیکی کا اجر دس گنا سے سات سو گنا تک ہے لیکن روزہ صرف میرے لیے ہے اور میں ہی اس کا اجر دوں گا۔ روزہ آتش (دوزخ) کے مقابلے میں ڈھال ہے۔ روزے دار کے منہ کی بو اللہ تعالیٰ کے ہاں مشک (کستوری) کی خوشبو سے زیادہ پسندیدہ ہے۔

حدیث مبارکہ سے یہ تو واضح ہو گیا کہ ہر نیکی کا اجر دس سے سات سو گناہ ہے مگر روزے کے اجر کی کوئی تصریح نہیں کی گئی۔ کیونکہ روزہ وہ منفرد عمل ہے جو بندے اور خدا کے مابین ایک مخفی حقیقت ہے اور اس کا اجر بھی خدا نے خود دینے کا وعدہ فرمایا وہ مغنی ہے جو چاہے عطا فرما دے۔ بندہ روزہ کے اجر اور جزا کا اندازہ نہیں لگا سکتا۔ گویا روزہ خدا کو راضی کرنے کا ذریعہ ہے اور رضائے الٰہی کی پہچان خدا نے خود بتلا دی۔ فرمایا:

اذا وجدت قلبک راضی عنی فاعلم ان اللہ راضی عنک

''جب تو اپنے دل کو اپنے رب کے ساتھ راضی پائے تو سمجھ جا کہ
اللہ تجھ سے راضی ہے۔''

خطبہ رمضان المبارک

فضیلت صوم

حضرت سلمان فارسیؓ فرماتے ہیں کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ماہ شعبان کے آخری دن صحابہ کرام کو خطبہ دیا جس میں آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا:

"اے لوگو تم پر ایک عظمت اور برکت والا مہینہ سایہ فگن ہو رہا ہے۔ اس مہینے کی ایک رات (شب قدر) ہزار مہینوں سے بہتر ہے اس مہینے کے روزے اللہ تعالیٰ نے فرض کیے ہیں اور اس کی راتوں میں بارگاہ الٰہی میں کھڑے ہونے (تراویح پڑھنے) کو نفل عبادت مقرر کیا ہے (جس کا بہت بڑا ثواب ہے) جو شخص اس مہینے میں اللہ تعالیٰ کی رضا اور اس کا قرب حاصل کرنے کے لیے کوئی غیر فرض عبادت (سنت یا نفل) ادا کرے گا تو دوسرے زمانے کے فرضوں کے برابر اس کو ثواب ملے گا اور اس مہینے میں فرض ادا کرنے کا ثواب دوسرے زمانے کے ستر فرضوں کے برابر ملے گا۔

یہ صبر کا مہینہ ہے اور صبر کا بدلہ جنت ہے۔ یہ ہمدردی اور غم خواری کا مہینہ ہے اور یہی وہ مہینہ ہے جس میں مومن بندوں کے رزق میں اضافہ کیا جاتا ہے جس نے اس مہینے میں کسی روزے دار کو (اللہ کی رضا اور ثواب حاصل کرنے کے لیے) افطار کرایا تو اس کے لیے گناہوں کی مغفرت اور آتش دوزخ سے آزادی کا ذریعہ ہوگا اور اس کا روزہ دار کے برابر ثواب دیا جائے گا بغیر اس کے روزہ دار کے ثواب میں کوئی کمی کی جائے۔

آپ صلی اللہ علیہ وسلم سے عرض کیا گیا یا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم ہم میں سے ہر ایک کو تو افطار کرانے کا سامان میسر نہیں ہوتا تو کیا غربا اس ثواب کثیر سے محروم رہیں گے؟ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا

اللہ تعالیٰ یہ ثواب اس شخص کو بھی دے گا جو دودھ کی تھوڑی سی لسی پر یا پانی کے ایک گھونٹ پر کسی روزے دار کا روزہ افطار کرا دے۔

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے سلسلہ کلام جاری رکھتے ہوئے آگے ارشاد فرمایا کہ اور جو کوئی کسی روزے دار کو پورا کھانا کھلا دے اس کو اللہ تعالیٰ میرے حوض کوثر سے ایسا سراب کرے گا جس کے بعد اس کو کبھی پیاس نہیں لگے گی تا آنکہ وہ جنت میں پہنچ جائے گا۔ اس کے بعد آپؐ نے فرمایا اس ماہ مبارک کا ابتدائی حصہ رحمت ہے اور درمیانی حصہ مغفرت ہے اور آخری حصہ آتش دوزخ سے آزادی ہے۔ اس کے بعد آپؐ نے فرمایا جو آدمی اس مہینے میں اپنے غلام یا خادم کے کام میں تخفیف و کمی کرے گا۔ اللہ تعالیٰ اس کی مغفرت فرما دے گا اور اسے دوزخ سے رہائی و آزادی دے گا۔

(معارف الحدیث......اسوہ رسول اکرم بحوالہ شعب الایمان)

ماہ صیام کی عظمت و بلندی پر ذرا غور فرمائیں کہ یہ وہ مہینہ ہے جسے شہر عظیم اور شہر مبارک کہا گیا اور اس سے بڑھ کر عظمت بھلا اور کیا ہوگی کہ اللہ رب العزت نے تنزیل قران کے لیے اسی مہینے کا انتخاب فرمایا اور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے چاند نظر آنے سے قبل ہی صحابہ کرام کو کس قدر جامع اور بلیغ خطبہ دیا۔

حضرت عائشہ صدیقہؓ فرماتی ہیں کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم ماہ صیام کی تیاری (استقبالِ رمضان کی تیاری) ماہ شعبان میں ہی شروع فرما دیتے تھے۔

اے اللہ امن کے ساتھ ہم پر چاند نکال اور ایمان اور سلامتی اور اسلام کے ساتھ (اے چاند) میرا اور تیرا رب اللہ ہے۔ (مشکوٰۃ شریف)

رویت ہلال

رویت ہلال

مفہوم رویت

رویت عربی زبان کا لفظ ہے جس کے معانی دیکھنا' دیدار کرنا' نظارہ کرنا وغیرہ ہے۔ رویت ہلال کے لغوی معنی پہلی رات کے چاند (Crescent) کا نظارہ کرنا ہے۔ رویت ہلال کا اہتمام اس لیے کیا جاتا ہے کہ قمری تاریخ کا نہ صرف حساب رہے بلکہ تقوم کے ذریعے اہم ایام مثلاً نصف شعبان' رمضان' عیدین وغیرہ کا تعین کیا جا سکے۔ بالخصوص ہلال رمضان اور شوال کا خصوصیت سے اہتمام اور تحقیق کرنا اس لیے ضروری ہے کہ کہیں لا پرواہی میں کوئی روزہ نہ رہ جائے اور پھر ہونا بھی یہ چاہیے کہ چاند کو دیکھ کر روزہ رکھا جائے اور اگلے چاند کو دیکھ کر ہی عید کی جائے۔ فرمان نبوی صلی اللہ علیہ وسلم بھی یہی ہے۔

☆ حضرت ابو ہریرہؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا چاند دیکھ کر روزہ رکھو اور چاند دیکھ کر ہی افطار کرو (عید کرو) پھر اگر تم پر (مطلع) ابر (آلود) ہو تو شعبان کی گنتی تیس دن پوری کرو۔ (معارف الحدیث بحوالہ صحیح بخاری' صحیح مسلم)

☆ حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہ نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے روایت کیا ہے کہ آپ نے ایک موقع پر رمضان کا ذکر فرمایا۔ اس سلسلہ میں آپ نے ارشاد فرمایا کہ رمضان کا روزہ اس وقت تک مت رکھو جب تک کہ چاند نہ دیکھ لو اور روزوں کا سلسلہ ختم نہ کرو جب تک کہ شوال کا چاند نہ دیکھ لو اور اگر انتیس کو چاند دکھائی نہ دے تو اس کا حساب پورا کرو یعنی مہینے کو تیس دن کا سمجھو۔

(معارف الحدیث بحوالہ صحیح بخاری' صحیح مسلم)

☆ حضرت ابو ہریرہؓ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے

فرمایا رمضان کے لحاظ سے شعبان کے چاند کو اچھی طرح گنو۔

(معارف الحدیث بحوالہ جامع ترمذی)

☆ حضرت ابی قیسؓ سے روایت ہے کہ میں نے حضرت عائشہ صدیقہؓ کو یہ فرماتے ہوئے سنا کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم شعبان کی تاریخوں کو اتنا یاد رکھتے تھے کہ دوسرے مہینوں کی تاریخیں اتنی یاد نہیں رکھتے تھے پھر رمضان شریف کا چاند دیکھ کر روزہ رکھنا شروع کر دیتے تھے۔ اگر مطلع صاف نہ ہوتا تو آپ شعبان کے تیس دن شمار کرنے کے بعد روزہ رکھتے تھے۔ (سنن ابی داؤد)

قرآن حکیم میں ارشاد ہوا۔

ان عدہ الشھور عند اللہ اثنا عشر شھراً فی کتب اللہ یوم خلق السمٰوت والارض۔

''بے شک مہینوں کی صحیح تعداد اللہ تعالیٰ کے ہاں لوح محفوظ میں زمین وآسمان کی پیدائش ہی سے بارہ مقرر ہے۔''

مذکورہ بالا آیت کریمہ کا بنظر غائر مطالعہ کیا جائے تو دو باتیں سامنے آتی ہیں۔ اولاً یہ کہ بنیادی طور پر مہینوں کا شمار چاند ہی کے مہینوں سے کیا گیا۔ اس لیے کہ دنیا کی تقریباً ہر زبان میں مہینہ کے لیے جو لفظ استعمال کیا جاتا ہے وہ اس زبان میں چاند کے لفظ سے مشتق ہے جیسا کہ شہر' ماہ' ماس Moon اور Month وغیرہ۔

یہ کہ چاند ہی کے بارہ مہینوں کو قانون الٰہی میں مکمل سال قرار دیا گیا ہے۔ ماہرین فلکیات کا قیاس ہے کہ زمین کے گرد چاند کا ایک چکر ''مہینہ'' اور زمین کا سورج کے گرد چکر ''سال'' کہلاتا ہے۔ اس کی جانب قرآن حکیم نے ارشاد فرمایا کہ:

ھو الذی جعل الشمس ضیاء والقمر نوراً وقدرہ منازل لتعلمو عدد السنین والحساب۔ (سورہ یونس)

''اللہ وہ ہے جس نے سورج کو ضیاء اور چاند کو نور بنایا اور ان میں سے ہر ایک کے لیے منزلیں مقرر فرما دیں تاکہ تم سالوں تک کا

حساب وشمار معلوم کر سکو۔''

حسن اتفاق یہ ہے کہ قرآن حکیم میں لفظ شہر بمعنی مہینہ بھی کل بارہ مرتبہ ہی استعمال ہوا۔

قمری سال:

آج کی دنیا میں قمری اور شمسی دونوں ہی قسم کے سال کا شمار موجود ہے۔ چاند زمین کے گرد چکر لگاتا ہے مگر وہ دائرہ جس پر چاند زمین کے گرد چکر لگاتا ہے بالکل گول نہیں بلکہ بیضوی (Oval) ہے۔ اسی لیے چاند کبھی زمین سے قریب تر ہوتا ہے اور کبھی بعید۔

یہی سبب ہے کہ چاند کی رفتار ہر جگہ برابر نہیں ہوتی۔ کہیں تیز تر ہوتی ہے اور کہیں سست۔ اس لیے زمین کے گرد چاند کا چکر کبھی انتیس (29) دن میں مکمل ہوتا ہے کبھی تیس (30) دن میں۔ زمین کے گرد چاند کے بارہ چکروں کی مجموعی مدت 354-48-34 دن ہوتی ہے۔ مگر اکثر وبیشتر یہ مدت 348 دن ہوتی ہے۔ شاید یہ سبب ہے کہ قرآن حکیم میں لفظ یوم بمعنی دن 348 بار استعمال ہوا ہے۔ (تکوین کائنات)

جدید تحقیق

حکیم قدرت اللہ رقم طراز ہیں کہ دو بین الاقوامی رصدگاہوں یعنی

☆ **Observatory University of London**

☆ **Observatory Royal Green Witch**

کی تحقیقی Observatory Report کے مطابق ہر ماہ نئے چاند کی پہلی مرتبہ نظر آنے والی تاریخوں کے متعلق پیش گوئی کرنا ممکن نہیں ہے۔ کیونکہ اس کی رویت سے متعلق کوئی کامل اور مستند شواہد موجود نہیں ہیں جن کی بنا پر چاند پہلی بار نظر آنے کے لیے کافی ہوں۔

رویت کا دارومدار

رویت کا دارومدار عموماً چار چیزوں پر ہوا کرتا ہے۔

☆ مطلع یعنی آسمان پر ابر آلودگی ☆ صحت فضا یعنی فضاء کی شفافیت

☆ مشاہدہ کرنے والی آنکھ ☆ موسمی کیفیات

رویت ہلال میں چاند کی عمر

عمومی حالات میں رویت ہلال اس وقت تک نہیں ہوتی جب تلک اس کی عمر تیس گھنٹوں سے زائد نہ ہو جائے......اور

☆ چاند کا جھکاؤ 3 ڈگری ہو ☆ ارتفاع 5 ڈگری ہو

☆ زمین کا آفتاب تک زاویاتی فاصلہ Elongation 10 ڈگری سے زائد نہ ہو بصورت دیگر چاند کا نظر آنا بعید از قیاس ہے۔

(اسلام اور میڈیکل سائنس)

چاند کی گواہی

☆ حضرت عبداللہ بن عباسؓ سے روایت ہے کہ ایک بدوی (اعرابی) رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوا اور اس نے بتایا کہ میں نے آج چاند دیکھا ہے (یعنی رمضان کا چاند) رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے اس سے دریافت فرمایا کیا تم لا الہ الا اللہ کی شہادت دیتے ہو؟ اس نے عرض کیا کہ ہاں میں لا الہ الا اللہ کی شہادت دیتا ہوں۔ اس کے بعد آپ نے فرمایا اور کیا تم محمد رسول اللہ کی شہادت دیتے ہو۔ اس نے کہا ہاں میں اس کی بھی شہادت دیتا ہوں۔ پھر رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے حضرت بلالؓ کو حکم دیا کہ لوگوں میں اس کا اعلان کر دو کہ کل سے روزے رکھیں۔

(معارف الحدیث بحوالہ سنن ابی داؤد، جامع ترمذی، سنن نسائی، سنن ابن ماجہ)

☆ حضرت عبداللہ بن عمرؓ سے روایت ہے کہ ایک دفعہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے زمانہ میں لوگوں نے رمضان کا چاند دیکھنے کی کوشش کی (لیکن عام طور سے لوگ دیکھ نہ سکے) تو میں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو اطلاع دی کہ میں نے چاند دیکھا ہے تو آپؐ نے خود بھی

روزہ رکھا اور لوگوں کو حکم دیا کہ وہ بھی روزے رکھیں۔

(معارف الحدیث بحوالہ سنن ابی داؤد)

مندرجہ بالا احادیث کی رو سے کوئی ایک مستند ثبوت و شہادت ملنی چاہیے۔ امام ابو حنیفہ رحمۃ اللہ علیہ کے مطابق ایک آدمی کی شہادت اس صورت میں کافی ہوتی ہے جب مطلع صاف نہ ہو۔ بادل، دھواں، گرد و غبار کا اثر ہو یا وہ شخص بستی کے باہر سے یا کسی بلند مقام سے آیا ہو لیکن اگر مطلع صاف ہو اور چاند دیکھنے والا آدمی باہر سے کسی بلند مقام سے بھی نہ آیا ہو بلکہ اس بستی میں ہی چاند دیکھنے کا دعویٰ کرے جس میں باوجود کوشش کے اس کے علاوہ اور کسی نے چاند نہ دیکھا ہو تو ایسی صورت میں اس کی شہادت پر چاند ہو جانے کا فیصلہ نہیں کیا جائے گا۔ بلکہ اس صورت میں دیکھنے والے اتنے آدمی ہونے چاہئیں جن کی شہادت پر اطمینان ہو جائے۔ ایک اور روایت امام ابوحنیفہ رحمۃ اللہ علیہ سے یہ بھی ہے کہ رمضان کے چاند سے ثبوت کے لیے ایک دین دار اور قابل اعتبار مسلمان کی شہادت کافی ہے۔ جمہور آئمہ کا مسلک رمضان کے چاند کے لیے یہی ہے۔ البتہ عید کے چاند کے ثبوت کے لیے کم از کم دو دیندار اور قابل اعتبار مسلمانوں کی شہادت ضروری ہے۔

حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما اور حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما فرماتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے رویت ہلال رمضان کی ایک آدمی کی شہادت کو بھی کافی مانا ہے اور عید کے چاند کی شہادت دو آدمیوں سے کم کی آپ کافی قرار نہیں دیتے تھے۔

شک کے دن روزہ

''حضرت عمار بن یاسرؓ سے روایت ہے کہ جو شخص شک کے دن روزہ رکھے۔ پس اس نے نافرمانی کی ابوالقاسم صلی اللہ علیہ وسلم کی''

مذکورہ روایت کا مفہوم یہ ہوا کہ شعبان کی انتیس (29) تاریخ کو اگر چاند بادل، گرد و غبار یا دھوئیں کی وجہ سے نظر نہ آئے یا گواہی دے رویت ہلال کی ایک شخص اور اس کی گواہی کو رد کر دیا جائے یا دو فاسق گواہی دیں اور وہ بھی رد کر دی جائے۔ اس شام کے بعد جو دن ہوا اس کو یوم شک کہا جائے گا۔ کیونکہ اس دن کے بارے میں یہ یقین سے نہیں کہا

جا سکتا کہ وہ دن شعبان کا آخری دن ہے یا پھر رمضان کی یکم تاریخ بھی ہو سکتی ہے۔ اس صورت میں جو یوم شک کا روزہ رکھے گا وہ گناہگار ہو گا۔ حدیث مبارکہ میں اس مسئلے کا حل بتا دیا گیا ہے اور بہت ہی آسان طریقہ واضح کر دیا گیا کہ اگر انتیس شعبان کو چاند نظر نہ آئے یا کوئی معتبر گواہیاں نہ ملیں تو شعبان کے تیس (۳۰) دن مکمل کر لو اور یہی فارمولا عید الفطر کے لیے بلکہ ہر موقع پر رہنما ہو گا۔

چاند دیکھنے کی دعا

حضرت طلحہ بن عبید اللہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم جب چاند دیکھتے تو یہ دعا پڑھتے۔

اَللّٰهُمَّ اَهِلَّه' عَلَيْنَا بِالْاَمْنِ وَالْاِيْمَانِ وَالسَّلَامَةِ وَالْاِسْلَامِ رَبِّي وَرَبُّكَ اللّٰهُ

''اے اللہ امن کے ساتھ ہم پر چاند نکال اور ایمان اور سلامتی اور سلام کے ساتھ (اے چاند) میرا اور تیرا رب اللہ ہے۔''

(تحفہ رمضان بحوالہ جامع ترمذی' مشکوٰۃ)

چاند پر پہلی نظر پڑتے ہی یہ دعا پڑھنا مسنون ہے۔ البتہ میں نے یہ کہیں نہیں پڑھا کہ ہاتھ اٹھا کر دعا پڑھی جائے۔ علمائے کرام لکھتے ہیں کہ کہیں ہاتھ اٹھا کر دعا مانگنے کے رواج کی بنا پر لوگ چاند کی پرستش نہ شروع کر دیں۔ اسی خدشے اور احتمال کے پیش نظر اکثر علماء کا خیال ہے کہ چونکہ ہاتھ اٹھا کر دعا پڑھنا مسنون نہیں اس لیے صرف دعا پڑھ لینے پر ہی اکتفا کیا جائے۔

عید کے چاند کی گواہی

حضرت ربعی بن حراش سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے ایک صحابی کا بیان ہے کہ ماہ رمضان کی آخری تاریخ میں چاند کے متعلق لوگوں نے اختلاف کیا۔ اس پر دو آدمیوں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہو کر شہادت دی کہ بخدا ہم نے کل شام دیکھا ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے (ان دونوں آدمیوں کی گواہی پر) لوگوں کو افطار کرنے کا حکم فرمایا۔

ایک اور روایت میں یہ اضافہ ہے کہ ''نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے یہ حکم دیا کہ دوسرے روز صبح کو تمام لوگ (نماز کے لیے) چلیں۔ (ابوداؤد)

تصریح

متذکرہ بالا دو احادیث میں نکتہ یہ بیان کیا گیا ہے کہ رمضان کے چاند کے لیے ایک گواہی ہی کافی ہے۔ جبکہ حضرت ربعی بن حراش کی روایت کے مطابق شوال کے چاند کے لیے دو گواہیوں کا حوالہ دیا ہے۔ دونوں صورتوں میں اس نکتے کا خیال رکھا گیا ہے کہ رمضان کا روزہ کہیں ضائع نہ ہو جائے۔

يا ايُّهَا الَّذِيْنَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِيْنَ مِن قَبْلِكُم (البقره)

''اے ایمان والوتم پر روزے فرض کیے گئے جس طرح تم سے پہلی (امتوں) پر فرض تھے۔'' (البقرہ)

روزہ اور مذاہب عالم

روزہ دیگر مذاہب میں

ہندوؤں میں روزہ

تاریخ مذاہب عالم کا مطالعہ' تقابل ادیان' مختلف مذاہب کی رسومات و مذہبی قوانین کا جائزہ لینے سے یہ عیاں ہوتا ہے کہ یہودیوں اور عیسائیوں کے علاوہ ہندو لوگ بھی روزہ رکھتے ہیں۔ مولانا سید ابوالحسن علی ندوی T.M.P. Mahadevan کے حوالہ سے تحریر فرماتے ہیں:

> ''ہندو مذہب میں بعض سالانہ تہوار روزہ کے لیے مخصوص ہیں جو تزکیۃ النفس کے لیے رکھے جاتے ہیں۔ ہر ہندو فرقہ نے دعا اور عبادت کے لیے کچھ دن مقرر کر لیے ہیں۔ جن میں اکثر افراد روزہ رکھتے ہیں۔ کھانے پینے سے باز رہتے ہیں۔ رات رات بھر جاگ کر اپنی مذہبی کتب کی تلاوت کرتے ہیں اور مراقبہ کرتے ہیں۔ ان میں سب سے اہم اور مشہور تہوار جو مختلف فرقوں میں رائج ہے۔ ''ویکنتا ایکاوشی'' کا تہوار ہے جو وشنو کی طرف منسوب ہے لیکن اس میں صرف وشنو ہی کے ماننے والے نہیں بلکہ دوسرے بہت سے لوگ بھی روزہ رکھتے ہیں۔ اس تہوار میں وہ دن کو روزہ رکھتے اور رات کو پوجا کرتے ہیں۔

قدیم مصریوں میں روزہ

قدیم مصریوں کے ہاں بھی روزہ ان کے کچھ مذہبی تہواروں کے ساتھ مشروط ہے۔

ان تہواروں کے علاوہ روزہ کی نظائر نہیں ملتیں۔

قدیم یونانیوں میں روزہ

قدیم یونانیوں میں صرف یونان کی خواتین تھسمو فیریا کی تیسری تاریخ کو روزہ رکھتی ہیں۔

پارسی مذہب میں روزہ

پارسی مذہب کے پیروکاروں پر روزہ فرض نہیں۔ مولانا سید سلیمان ندوی ''سیرت النبیؐ'' میں تحریر فرماتے ہیں کہ پارسیوں کی الہامی کتاب کی ایک آیت سے ثابت ہوتا ہے کہ روزہ کا حکم ان کے یہاں موجود تھا خصوصاً مذہبی پیشواؤں کے لیے پنجسالہ روزہ ضروری تھا۔

عیسائیوں میں روزہ

مسیحی شریعت احکام اور فقہ کے لحاظ سے دیگر مذاہب سے پیچھے ہے۔ چونکہ عیسائیوں کے مذہبی قوانین و احکام ہر دور میں سیاسی و اجتماعی عوامل کے اثر سے اکثر تبدیل ہوتے رہے اس لیے اس پر شریعت الٰہیہ کے لفظ کا اطلاق بہت مشکل ہے۔

حضرت مسیح کی زندگی کے اہم واقعات اور مسیحی تاریخ کی روشنی میں مختلف روزے تجویز ہوئے جو مرور زمانہ کے ساتھ اپنی شکل بدلتے رہے۔ اس کے علاوہ ملکوں کے اختلاف کے لحاظ سے روزے بھی زیادہ تر ایک دوسرے سے مختلف ہوتے تھے۔

عیسائیوں کے مختلف فرقوں میں روزہ کے طریقہ اور احکام کے معاملہ میں جزوی اختلاف بھی پائے جاتے ہیں۔ تاہم عیسائی تقویم کے مطابق روزوں کی درج ذیل اقسام ہیں۔

اقسام روزہ

☆مسیحی روزہ ☆پولس کا روزہ ☆ایرنس کا روزہ

☆دکھوں اور صلیب کا روزہ ☆عیدالفصح کا روزہ ☆کلیسا کے روزے

مسیحی روزہ

حضرت عیسیٰ علیہ السلام نے نبوت سے قبل چالیس دن روزہ رکھا تھا جسے کفارہ کا روزہ بھی کہتے ہیں۔ یہ مسیحی روزہ یا کفارہ کا روزہ موسوی شریعت (حضرت موسیٰ علیہ السلام کی شریعت) میں فرض کے درجہ میں ہے جسے وہ پابندی کے ساتھ رکھتے تھے۔ کتب تاریخ میں ان روزوں کے بارے میں احکام نہیں ملتے۔ البتہ انہوں نے صرف اصول وکلیات بیان کیے اور ان کی تصریح وتوضیح کلیسا پر چھوڑ دی۔

پولس کا روزہ

مسیحی مصادر میں پولس کے روزہ کا ذکر ملتا ہے۔ یہاں وضاحت طلب بات یہ ہے کہ جو عیسائی یہودی النسل تھے وہ کفارہ کا روزہ پابندی سے رکھتے تھے اور جو عیسائی دیگر قواعد کی طرف اپنا انتساب کرتے ہیں وہ اس پر پابندی کے قائل نہیں۔

مولانا سید ابوالحسن علی ندوی لکھتے ہیں کہ پولس کے انتقال کے ڈیڑھ سو سال بعد لوگوں میں روزہ کے قوانین کو ضبط میں لانے کی شدید خواہش پیدا ہوئی۔ بہت سے راہب اور کلیسا کے ذمہ دار جنسی ترغیبات کے مقابلہ کے لیے بھی روزہ کی تلقین کرتے تھے۔ اس زمانہ میں اس کا بہت خیال رکھا جاتا تھا کہ روزہ کوئی ایسی خارجی چیز بن کر نہ رہ جائے جو روزہ داروں پر کوئی اثر ڈال سکے۔

ایرنس کا روزہ

ایرنس کے روزہ کی بھی کئی اقسام ہیں یعنی روزہ ایک دن کا بھی ہوتا تھا دو دن کا بھی اور مسلسل چالیس (۴۰) گھنٹے کا بھی۔ یہ صورت حال مدتوں برقرار رہی۔

دکھوں اور صلیب کے جمعہ کا روزہ

دکھوں اور صلیب کے جمعہ کا روزہ ایک عوامی اور مقبول روزہ تھا جو دوسری صدی مسیحی

میں بعض ممالک میں رائج تھا۔ اس طرح جو لوگ بپتسمہ کے خواہش مند ہوتے تھے وہ بھی ایک دن یا دو دن کا روزہ رکھتے تھے اور اس میں بپتسمہ کرنے اور کرانے والے دونوں شریک ہوتے۔

کلیسا کے روزے

دوسری صدی مسیحی تک روزوں کی تنظیم قانون سازی طریقہ و احکام وضع نہ تھے تاہم دوسری صدی مسیحی اور پانچویں صدی مسیحی کے مابین قانون سازی تنظیم قواعد وغیرہ کا کام پایہ تکمیل کو پہنچا۔ اس وقت کلیسا نے بعض احکام اور ہدایات پر مشتمل ایک بیان شائع کیا۔ چوتھی صدی مسیحی میں روزہ میں تشدد اور سختی کا عنصر بہت بڑھ گیا اور اس سے توسع نرمی اور لچک کی خاصیت جاتی رہی۔ تیسری صدی مسیحی میں روزہ کے دن مقرر کیے گئے۔ روزہ کے اختتام پر بھی بہت اختلاف تھا۔ بعض لوگ مرغ کی بانگ پر افطار کرتے تھے اور بعض لوگ تاریکی اچھی طرح پھیل جانے پر۔

عیدالفصح یا ایسٹر کا روزہ

عیدالفصح یا ایسٹر کا روزہ چوتھی صدی مسیحی میں مقرر ہوا۔ یہ روزہ ایسٹر کے تہوار سے قبل دو دن روزہ کے لیے مخصوص کر دیے گئے تھے۔ ان دنوں کا روزہ نصف شب کو ختم ہوتا تھا۔ ایسے اشخاص جو اپنی علالت کے باعث روزہ نہ رکھ سکتے تھے انہیں سنیچر (Saturday) کو روزہ رکھنے کی اجازت تھی۔

یہودیوں میں روزہ (اختیاری روزے)

یہودیوں میں روزے کے دن محدود اور مخصوص ہیں۔

☆ عہد بابل میں روزہ ان کے قریب سوگ اور ماتم کی علامت سمجھا جاتا تھا۔ اگر کوئی خطرہ درپیش ہوتا یا کوئی کاہن کسی الہام اور نبوت کے لیے تیاری شروع کرتا تو اس وقت روزہ لازماً رکھا جاتا۔

☆ یہودیوں کے خیال میں جب انہیں یہ محسوس ہوتا کہ خدا ان سے

ناراض ہے جس کی علامت قحط، وبائی امراض، ملک کو مصائب درپیش ہوتے تو دافع بلیات کے لیے روزہ رکھتے یا پھر جب بادشاہ وقت کسی بڑی مہم پہ روانہ ہوتا تب روزہ رکھا جاتا۔

☆ یہودیوں میں روزہ کے دن محدود و قدیم ہیں جو اس کفارہ کے علاوہ ہیں جو موسوی مذہب میں واحد روزہ ہے علاوہ ازیں ان کے ہاں مسلسل روزہ کے بھی موسم ہیں جن کا تعلق قدیم حوادث و واقعات سے ہے۔ مثلاً بابل کے عہد میں زمانہ اسیری چوتھے مہینے (مئی) پانچویں مہینے (جون) اور چھٹے مہینے تشری (جولائی اور دسویں مہینے (تبت) میں پڑتے ہیں۔ ''تلمود'' کے بعض علماء کا خیال ہے کہ ان دنوں کے روزے عہد غلامی میں لازمی اور عہد آزادی و خوشحالی میں اختیاری ہوا کرتے ہیں۔

☆ کچھ روزے یادگار کے طور پر رکھے جاتے ہیں جو ان المناک حوادث (جو یہودیوں کو وقتاً فوقتاً پیش آتے رہے) کی یاد میں رکھے جاتے ہیں۔ اگرچہ یہ روزے لازمی اور جبری نہیں پھر بھی انہیں دوسرے روزوں کے ساتھ شامل کر لیا گیا ہے۔ چونکہ یہ روزے لازمی قرار نہیں دیے گئے شاید اسی بنا پر عوام میں معروف نہ رہے۔ جن کی تعداد 25 ہے۔

☆ چند روزے علاقائی اور مقامی ہیں ان کا تعلق بھی یہودیوں کے تاریخی پس منظر میں مصائب سے ہے۔ اس کے علاوہ بہت سے روزے قبائلی و مذہبی طبقات میں منقسم ہیں۔ ہر طبقہ کسی مخصوص تاریخی واقعہ یا کسی المناک حادثہ کی یاد میں رکھتا ہے۔ یہ روزہ کسی خوشی یا غم کی تقریب کی یاد میں بھی رکھا جاتا ہے۔

☆ بہت سے یہودی طبقوں میں سال نو کی خوشی میں سال کے پہلے دن کا روزہ بھی رائج ہے۔

☆ بہت سے روزے یہودی علماء کے اختیار میں ہیں جو مختلف بلاؤں

سے تحفظ، قحط، بارشوں کے نہ ہونے، وبائی امراض سے بچاؤ کسی خطرہ یا مصیبت کے وقت یا حکومت وقت کے جابرانہ قوانین سے اپنے آپ کو محفوظ رکھنے کے لیے یہودی علماء وقتاً فوقتاً یہ روزے عوام پر فرض کرتے رہتے ہیں۔

انفرادی روزے

☆ یہودی مذہب میں کچھ انفرادی وذاتی روزے بھی ہیں جنہیں ہر شخص اپنی مرضی اور ضرورت کے تحت رکھ سکتا ہے۔ یہ روزے بھی تاریخی پس منظر سے منسوب ہیں جو کسی شخصی واقعات کی یاد میں کفارہ گناہ کے لیے یا کسی مصیبت اورافتاد کے وقت رحمت خداوندی کے حصول کے لیے رکھے جاتے ہیں لیکن یہود کے علماء وفقہاء کے نزدیک یہ روزے اس شخص کے لیے ہیں جو خود عالم یا معلم نہ ہو۔

☆ ڈراؤنا خواب دیکھنے پر بھی روزہ رکھا جاتا ہے۔ یہودی شریعت میں عید کے دن روزہ رکھنا ممنوع ہے لیکن تلمود نے ان دنوں میں روزہ رکھنے کی اجازت اس شرط پر دی ہے کہ عام دنوں میں اس کا کفارہ روزہ ہی کے ذریعے ادا کیا جائے۔

یہودیوں میں روزے کے اوقات

روزہ یہودی مذہب میں اشراق کے وقت شروع ہوکر رات کے انجم اول کے طلوع تک جاری رہتا ہے۔ سوائے اس روزہ کے جو ساتویں مہینہ تشری (مٹی) کے دسویں دن رکھا جاتا ہے، جس کا مقصد ادائیگی کفارہ ہے۔ یہ روزہ شام سے شام تک یعنی چوبیس گھنٹے چلتا ہے۔

عمومی روزہ میں کوئی خاص احکام، قوانین وضع نہیں ہیں۔ روزہ میں صدقہ دینے اور مساکین کو کھانا کھلانے کی بھی ترغیب دی گئی ہے۔ خصوصاً رات کے اس کھانے کی جو غربا میں تقسیم کرنے کے لیے معمولاً تیار کیا جاتا ہے۔

ہر چیز کی زکوٰۃ ہے اور جسم کی زکوٰۃ روزہ ہے

(سنن ابن ماجہ)

نفلی روزے

نفلی روزے

نماز اور زکوٰۃ کی طرح فرض روزوں کا ایک نصاب رکن اسلام ہے۔ رمضان کے پورے مہینے کے ان روزوں کے علاوہ شریعت اسلام میں روحانی تربیت اور تزکیۃ النفس کے لیے اور اللہ تعالیٰ کا خاص تقرب حاصل کرنے کے لیے دیگر نفلی عبادات کی طرح نفلی روزوں کی بھی ترغیب وتعلیم دی ہے اور بعض خاص دنوں اور تاریخوں کی خاص فضیلتیں اور برکتیں بیان فرما کر ان کے روزوں کی خصوصی ترغیب اور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ان روزوں کی عملی تعلیم دی۔

انبیاء کرام وصالحین کا معمول رہا کہ فرض روزوں کے علاوہ وہ تمام زندگی نفلی روزے رکھا کرتے تھے کیونکہ روزہ تزکیۃ النفس کا بہترین ذریعہ ہے۔ حضرت ابو ہریرہؓ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا ہر چیز کی کوئی زکوٰۃ ہے (جس کے نکالنے سے وہ چیز نیک ہو جاتی ہے) اور جسم کی زکوٰۃ روزے ہیں۔

(معارف الحدیث بحوالہ سنن ابن ماجہ)

عاشورہ محرم کا روزہ

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم مکہ سے ہجرت فرما کر مدینہ تشریف لائے تو آپ نے یہود کو یوم عاشورہ (۱۰ محرم) کا روزہ رکھتے دیکھا۔ آپؐ نے ان سے دریافت کیا (تمہاری مذہبی روایات میں) یہ کیا خاص دن ہے (اور اس کی کیا خصوصیت واہمیت ہے) کہ تم اس کا روزہ رکھتے ہو؟ انہوں نے کہا کہ ہمارے ہاں یہ بڑی عظمت والا دن ہے اس دن اللہ تعالیٰ نے موسیٰ اور اس کی قوم بنی اسرائیل کو نجات دی تھی اور فرعون اور اس کے لشکر کو غرقاب کیا تھا تو موسیٰ علیہ السلام نے

اللہ تعالیٰ کے اس انعام کے شکر میں اس دن کا روزہ رکھا تھا۔ اس لیے ہم بھی (ان کی پیروی میں) اس دن روزہ رکھتے ہیں۔

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ اللہ کے پیغمبر موسیٰ علیہ السلام سے ہمارا تعلق تم سے زیادہ ہے اور ہم اس کے زیادہ حقدار ہیں۔ پھر رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے خود بھی عاشورہ کا روزہ رکھا اور امت کو بھی اس دن کے روزے کا حکم دیا۔

(معارف الحدیث بحوالہ صحیح بخاری وصحیح مسلم)

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کی روایت ہے کہ قریش مکہ میں قبل از اسلام بھی یوم عاشورہ کے روزے کا رواج تھا اور خود رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم بھی ہجرت سے قبل مکہ معظمہ میں یہ روزہ رکھا کرتے تھے۔ پھر جب آپ نے مدینہ ہجرت فرمائی تو یہاں آکر آپ نے خود بھی یہ روزہ رکھا اور مسلمانوں کو اس دن روزہ رکھنے کا حکم دیا۔

(معارف الحدیث بحوالہ صحیح بخاری وصحیح مسلم)

حدیث بالا مذکورہ کی شرح میں مولانا محمد منظور نعمانی رحمۃ اللہ علیہ لکھتے ہیں کہ یوم عاشورہ زمانہ جاہلیت میں قریش مکہ کے نزدیک بھی بڑا محترم دن تھا۔ اس دن خانہ کعبہ پر نیا غلاف ڈالا جاتا تھا اور قریش اس دن روزہ رکھتے تھے۔ قیاس یہ ہے کہ حضرت ابراہیم و اسماعیل کی کچھ روایات اس دن کے بارے میں ان تک پہنچی ہوں گی اور رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کا دستور تھا کہ قریش ملت ابراہیم کی نسبت سے جو اچھے کام کرتے تھے ان میں آپؐ ان سے اتفاق اور اشتراک فرماتے تھے۔ اسی بنا پر حج میں بھی شرکت فرماتے تھے۔ پس اپنے اس اصول کی بنا پر آپ قریش کے ساتھ ۱۰ محرم کا روزہ بھی رکھتے تھے لیکن دوسروں کو اس کا حکم نہیں دیتے تھے۔

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا معمول یہی رہا کہ آپ رمضان مبارک کے فرض روزوں کے علاوہ سب سے زیادہ اہتمام نفلی روزوں میں اسی کا فرماتے تھے۔

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ میں نے نہیں دیکھا۔ آپ کسی فضیلت والے دن کے روزے کا بہت اہتمام اور فکر کرتے ہوں۔ ماسوائے اس دن یوم عاشورہ کے اور سوائے اس ماہ مبارک رمضان کے۔ (معارف الحدیث بحوالہ صحیح بخاری وصحیح مسلم)

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ جب آنحضرت صلی اللہ

علیہ وسلم نے یوم عاشورہ میں روزہ رکھنے کو اپنا اصول و معمول بنالیا اور مسلمانوں کو بھی اس کا حکم دیا تو بعض صحابہ نے عرض کیا کہ یارسول اللہ اس دن کو تو یہود و نصاریٰ بڑے دن کی حیثیت سے مناتے ہیں اور یہ گویا ان کا قومی اور مذہبی شعار ہے اور خاص اس دن ہمارے روزے رکھنے سے ان کے ساتھ اشتراک اور تشابہ ہوتا ہے' تو کیا اس میں کوئی ایسی تبدیلی ہو سکتی ہے جس کے بعد یہ اشتراک اور تشابہ والی بات باقی نہ رہے؟ تو آپ نے ارشاد فرمایا کہ انشاء اللہ جب اگلا سال آئے گا تو ہم نویں کو روزہ رکھیں گے۔ عبداللہ بن عباس فرماتے ہیں لیکن اگلے سال کا ماہ محرم آنے سے پہلے ہی رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی وفات واقع ہو گئی۔ (معارف الحدیث بحوالہ مسلم)

یوم العرفہ کا روزہ:

۹ ذوالحج کے روزہ کو صوم العرفہ کے نام سے موسوم کرتے ہیں۔ حضرت ابو ہریرہؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ دنوں میں سے کسی دن بھی بندے کا عبادت کرنا اللہ تعالیٰ کو اتنا محبوب نہیں جتنا کہ عشرہ ذی الحج میں محبوب ہے۔ (یعنی ان دنوں کی عبادت اللہ تعالیٰ کو دوسرے تمام دنوں سے زیادہ محبوب ہے) اس عشرہ کے ہر دن کا روزہ سال بھر کے روزوں کے برابر ہے اور اس کی ہر رات کے نوافل شب قدر کے نوافل کے برابر ہیں۔ (معارف الحدیث بحوالہ ترمذی)

حضرت ابوقتادہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ میں اللہ تعالیٰ سے امید رکھتا ہوں کہ عرفہ کے دن کا روزہ اس کے بعد والے سال اور پہلے والے سال کے گناہوں کا کفارہ ہو جائے گا۔ (معارف الحدیث)

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم عرفہ کے روزوں کو ہزاروں روزوں کے برابر بتاتے تھے مگر حج کرنے والوں کو جو میدان عرفات میں ہوں اس روزہ سے منع فرمایا۔

شوال کے روزے

حضرت ابوایوب انصاریؓ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ

جس نے ماہ رمضان کے روزے رکھے اس کے بعد ماہ شوال میں چھ روزے رکھے تو اس کا یہ عمل ہمیشہ روزہ رکھنے کے برابر ہوگا۔ (معارف الحدیث بحوالہ صحیح مسلم)

رمضان کا مہینہ اگر 29 دن کا ہو تب بھی اللہ تعالیٰ اپنے کرم سے 30 روزوں کا ثواب دیتے ہیں اور رمضان کے 30 روزوں میں شوال کے چھ روزے شامل کرنے کے بعد روزوں کی تعداد 36 ہو جاتی ہے۔ قانون الٰہی ہے کہ الحسنۃ بعشر امثالھا (ایک نیکی کا ثواب دس گنا) کے مطابق 36 کا دس گنا (36×10)=360 ہو جاتا ہے اور پورے سال کے دن (قمری لحاظ سے) 360 سے زیادہ نہیں ہوتے۔ پس جس نے ماہ رمضان کے روزے رکھے اور عید کا دن چھوڑ کر 6 متواتر روزے رکھے اجر و ثواب کے لحاظ سے ایسا ہی ہے کہ اس نے سال بھر یعنی 360 روزے رکھے۔

پندرہویں شعبان کا روزہ

حضرت علی رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جب شعبان کی پندرہویں رات (شب برات) آئے تو اس رات میں اللہ کے حضور میں نوافل پڑھو اور اس دن کو روزہ رکھو کیونکہ اس رات میں آفتاب غروب ہوتے ہی اللہ تعالیٰ کی خاص تجلی اور رحمت پہلے آسمان پر اتر آتی ہے اور وہ ارشاد فرماتا ہے کہ کوئی بندہ ہے جو مجھ سے مغفرت اور بخشش طلب کرے اور میں اس کی مغفرت کا فیصلہ کروں۔ کوئی بندہ ہے جو روزی مانگے اور میں اس کو روزی دینے کا فیصلہ کروں۔ کوئی مبتلائے مصیبت بندہ ہے جو مجھ سے صحت و عافیت کا سوال کرے اور میں اس کو عافیت عطا کروں۔ اسی طرح مختلف قسم کے حاجت مندوں کو اللہ تعالیٰ پکارتا ہے کہ وہ اس وقت مجھ سے اپنی حاجتیں مانگیں اور میں عطا کروں۔ غروب آفتاب سے لے کر صبح صادق تک اللہ تعالیٰ کی رحمت اسی طرح اپنے بندوں کو اس رات پکارتی رہتی ہے۔ (معارف الحدیث بحوالہ سنن ابن ماجہ)

ایام بیض کے روزے

ایام بیض سے مراد وہ چاندنی راتیں جن میں چاند کی چاندنی شروع رات سے آخر رات تک رہتی ہے وہ چاندنی راتیں یعنی تیرہ' چودہ اور پندرہ تاریخوں کی ہیں۔

حضرت ابوذر غفاریؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے مجھ سے فرمایا کہ اے ابوذر! جب تم مہینے کے تین روزے رکھو تو تیرھویں، چودھویں، پندرھویں کے روزے رکھا کرو۔ (معارف الحدیث بحوالہ جامع ترمذی، سنن نسائی)

حضرت ابوقتادہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا رمضان المبارک کے روزوں کے ساتھ ہر مہینے میں تین روزے رکھنے سے پورا سال روزے رکھنے کے برابر ثواب ملتا ہے۔ (تحفہ رمضان بحوالہ صحیح مسلم، مشکوۃ شریف)

ہر مہینے کے یہ روزے (تیرہ چودہ اور پندرہ) ایسے ہیں جیسے ہمیشہ کا روزہ۔
(صحیح بخاری وترمذی)

طبرانی کی ایک حدیث مبارکہ میں نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جس سے ہو سکے ہر مہینے میں تین روزے رکھے۔ ہر روزہ دس دن کے گناہ مٹاتا ہے اور وہ شخص گناہوں سے ایسا پاک ہو جاتا ہے جیسے پانی کپڑے کو پاک کر دیتا ہے۔

خاص دنوں میں نفلی روزے

پیر اور جمعرات کا روزہ

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا پیر اور جمعرات کو اعمال کی ایک پیشی ہوتی ہے۔ میں چاہتا ہوں کہ جب میرے عمل کی پیشی ہو تو اس دن روزے سے ہوں۔ (معارف الحدیث بحوالہ ترمذی)

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم پیر اور جمعرات کے دن روزہ رکھا کرتے تھے۔ (جامع ترمذی ونسائی)

حضرت ابوقتادہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے پیر کے دن روزہ رکھنے کے بارے میں سوال کیا گیا تو آپ نے فرمایا کہ میں پیر ہی کے دن پیدا ہوا اور پیر ہی کے دن مجھ پر قرآن کا نزول شروع ہوا۔ (معارف الحدیث بحوالہ صحیح مسلم)

ہفتہ اور اتوار کا روزہ

حضرت ام سلمہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم ہفتہ اور اتوار کا روزہ رکھتے تھے اور فرماتے بلاشبہ یہ دونوں دن (ہفتہ اور اتوار) مشرکین کی عید کے ہیں۔ میں ان کی مخالفت کرنا پسند کرتا ہوں۔ (تحفہ رمضان بحوالہ مشکوۃ شریف)

روزہ داودی

حضرت داؤد علیہ السلام کے طریقہ کے مطابق روزہ رکھنا یعنی ایک دن روزہ رکھے اور ایک دن ناغہ کرے (Alternative day) صوم داودی کے نام سے موسوم کیا

جاتا ہے۔

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ تمام روزوں میں اللہ تعالیٰ کو صوم داؤدؑ سب سے زیادہ محبوب ہے کہ ایک دن روزہ دار رہے اور ایک دن بغیر روزہ کے۔

جمعہ کے دن روزہ

حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ کم ایسا ہوتا تھا کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم جمعہ کے دن روزہ نہ رکھتے۔ (معارف الحدیث بحوالہ جامع ترمذی ونسائی)

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ تم لوگ راتوں میں سے جمعہ کی رات نماز اور عبادت کے لیے مخصوص نہ کرو اور اسی طرح دنوں میں سے جمعہ کے دن کو روزہ کے لیے مخصوص نہ کرو۔ الا یہ کہ جمعہ کسی ایسی تاریخ کو پڑھا جائے جس کو تم میں سے روزہ رکھتا ہو (اس صورت میں جمعہ کے نفل روزہ رکھنے میں کوئی مضائقہ نہیں۔ (معارف الحدیث بحوالہ صحیح بخاری)

منگل، بدھ اور جمعرات کا روزہ

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم ایسا بھی کرتے تھے کہ ایک مہینہ میں ہفتہ اتوار اور پیر کا روزہ رکھتے اور دوسرے مہینے منگل بدھ اور جمعرات کا۔ (معارف الحدیث بحوالہ جامع ترمذی)

خواتین اور نفلی روزہ

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کوئی عورت اپنے خاوند کی موجودگی میں (رمضان المبارک کے روزوں کے علاوہ) اس کی اجازت کے بغیر روزہ نہ رکھے۔

نذر کا روزہ

حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ ایک عورت رسول اللہ صلی اللہ علیہ

وسلم کے پاس آئی اس نے کہا یا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم میری ماں فوت ہو گئی ہے اور اس نے ایک روزہ رکھنے کی نذر مانی تھی تو کیا میں اس کی طرف سے روزہ رکھوں؟ آپؐ نے فرمایا اگر اس پر کوئی قرض ہوتا تو ادا کرتی؟ اس نے کہا ہاں! آپؐ نے فرمایا اپنی ماں کی طرف سے روزہ رکھ۔

ہزاری روزہ

کچھ لوگ ستائیس رجب کو روزہ رکھنے کا ثواب ایک ہزار روزہ کے مساوی تصور کرتے ہیں۔ اسی نسبت سے اسے ہزاری روزہ کہا جاتا ہے۔ علماء لکھتے ہیں کہ یہ فضیلت ثابت نہیں کیونکہ اکثر روایات تو اس بارے میں موضوع ہیں اور بعض جو موضوع نہیں وہ بھی ضعیف ہیں۔ اس لیے اس روزہ کے متعلق سنت ہونے کا اعتقاد نہ رکھا جائے۔

”حضرت خرشہ بن حر رحمہ اللہ فرماتے ہیں میں نے حضرت عمر رضی اللہ عنہ کو دیکھا ہے کہ وہ رجب کے روزہ داروں کو پکڑ کر کھانا کھلاتے تھے اور فرماتے تھے یہ رجب، یہ رجب کیا چیز ہے؟ سنو رجب وہ مہینہ ہے جسے ایام جاہلیت میں معظم مانا جاتا تھا لیکن اسلام نے آکر اس کو ترک کر دیا۔“ (فضیلت کی راتیں)

وہ دن جن میں نفلی روزہ رکھنا منع ہے

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے منع فرمایا یوم الاضحیٰ اور یوم الفطر میں روزہ رکھنے سے۔ (معارف الحدیث بحوالہ صحیح مسلم)

☆ ابو عبیدہ مولیٰ ابن زہر تابعی سے روایت ہے کہ میں نے عید کی نماز حضرت عمر رضی اللہ عنہ کی اقتدا میں پڑھی۔ انہوں نے نماز پڑھائی۔ نماز سے فارغ ہو کر خطبہ دیا۔ اس میں فرمایا کہ عید سے یہ دونوں دن وہ ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ان میں روزہ رکھنے سے منع فرمایا ہے ان میں سے ایک دن تو (پورے رمضان کے روزوں کے بعد) تمہارے فطر کا دن ہے اور دوسرا اپنی قربانیوں کے گوشت کھانے

کا دن ہے۔(معارف الحدیث بحوالہ صحیح مسلم)

☆ حضرت ''نُبَیْشَتہ الْھُذَلِی'' رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ ایام التشریق کھانے پینے اور اللہ کی یاد کے دن ہیں۔(صحیح مسلم)

یوم تشریق سے مراد 11-12 اور 13 ذی الحج ہے۔جس میں روزہ نہ رکھنے کی ترغیب ہے۔

روزے رکھا کرو تندرست رہو گے۔
(الطبرانی)

روزہ اور

میڈیکل سائنس

روزہ اور میڈیکل سائنس

عصر حاضر میں امراض جدیدہ بسرعت پھیل رہے ہیں جن میں ذیابیطس شکری اور فشار الدم قوی (Hypertension) دو ایسے امراض ہیں جن کی دانست میں ہر تیسرا شخص ہے جس کا ایک سبب تو اضطراب (Depresion) ہے۔ دیگر اسباب کے علاوہ بسیار خوری، نشاستہ دار اور زیادہ میٹھی اغذیہ بکثرت استعمال شامل ہے۔ ہم سبھی کا روزمرہ کا مشاہدہ ہے کہ بہت سے لوگ مرض کے باوجود پرہیز پر کاربند نہیں رہتے اور بے تحاشہ کھاتے اور بدپرہیزی کرتے ہیں۔ ایک طرف ادویات پہ بے دریغ خرچ کیے جاتے ہیں اور دوسری جانب زبان کے چٹخارے کو نظرانداز نہیں کر سکتے۔ ایسے امراض میں مبتلا اشخاص کا صحیح علاج روزہ ہے کیونکہ روزہ میں یقیناً شفاء ہے۔

بہت سے لوگ اس خوف کے پیش نظر روزہ نہیں رکھتے کہ روزہ کے سبب یا روزہ کی حالت میں کہیں مرض کا غلبہ یا پیچیدگی پیدا نہ ہو جائے حالانکہ ایسا ہرگز نہیں۔ جدید میڈیکل سائنس نے یہ ثابت کیا ہے کہ روزہ دار کے جسم میں دوسرے افراد کی نسبت قوت مدافعت (Immunity) کئی گنا بڑھ جاتی ہے اور پھر دوران روزہ اندرونی اعضاء کی کارکردگی میں کمی واقع ہونے کے باعث انہیں آرام مل جاتا ہے اور بعد از آرام یہ اعضاء تازہ دم اور مستعد ہو جاتے ہیں۔ اس طرح ان اعضاء کی کارکردگی میں اضافہ ہوتا ہے۔ اس کا عام سبب یہ ہے کہ اعضائے رئیسہ (Vital Organs) کو تقویت ملتی ہے۔ روزے کی اس مسلمہ افادیت کو غیر مسلم اطباء نے بھی تسلیم کیا ہے۔ بلکہ اہل مغرب مختلف امراض کے علاج میں روزہ رکھوا کر کامیاب علاج کرنے لگے ہیں۔

Dr. D.Ject کا کہنا ہے کہ روزہ رکھنا امراض کی روک تھام کے لیے تقدم

بالحفظ (Prevention) کی حیثیت رکھتا ہے۔ ڈاکٹر جوزف (Yossaf) کا کہنا ہے کہ روزہ سے ظاہر و باطن کی غلاظتیں دور ہو جاتی ہیں یعنی روزہ جسمانی و روحانی خرابیوں کا دافع ہے۔

روزہ بسیار خواری (Over Dieting) سے بچاتا ہے جس سے معدہ و جگر کا عمل درست ہوتا ہے۔

ارشاد باری تعالیٰ ہے۔

"اگر تم سمجھو تو تمہارے حق میں اچھا یہی ہے کہ روزے رکھو" (سورہ البقرہ ۱۸۴)

اگر ہم اس آیت مبارکہ میں بیان کردہ حقائق کا طبی نکتہ نظر سے مطالعہ کریں تو یہ واضح ہو جاتا ہے کہ روزہ ایک عبادت کے ساتھ ساتھ صحت انسانی کے لیے مفید چیز ہے جس سے بہت سے طبی فوائد حاصل ہوتے ہیں۔

چند سال قبل جب تک روزہ پہ سائنسی تناظر سے غور و فکر نہیں کیا گیا تھا یہی سمجھا جاتا رہا کہ روزہ سے صرف نظام ہضم کو استراحت ملتی ہے۔ اس سے زیادہ اور کوئی طبی افادیت نہیں ہے۔ جوں جوں طبی علم (Medical Scince) نے روزہ کی طبی افادیت کے موضوع پر تحقیق کی تو بتدریج علم حاصل ہوا کہ روزہ تو ایک طبی معجزہ (Medical Wonder) ہے۔

آیئے اب ہم سائنسی نگاہ سے دیکھیں کہ روزہ ہماری صحت مندی میں کس طرح مددگار ہوتا ہے۔

روزہ اور جدید تحقیق

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا روزہ رکھا کرو تندرست رہا کرو اور روزے سے جس طرح ظاہری و باطنی مضرات زائل ہوتی ہیں اسی طرح اس سے ظاہری و باطنی مسرت حاصل ہوگی۔

(اسوہ رسول اکرم بحوالہ الطبر انی)

مذکورہ بالا حدیث مبارکہ کے مطابق روزہ کے جسم انسانی پر یقیناً مثبت اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ مشاہدہ ہے کہ بہت سے ایسے مریض جو کسی Chronic diseas میں مبتلا ہوتے ہیں روزہ رکھنے سے ان کے مرض میں کمی ہو جاتی ہے۔ اگر روزہ رکھنے کے ساتھ ساتھ انتہائی سادہ اور ہلکی اغذیہ (Light diet) استعمال کی جائیں تو مرض سے کلی طور پر نجات ملتی ہے۔

اہل مغرب جنہیں آج کا ماڈرن طبقہ ترقی یافتہ کہتا ہے وہاں کے عیسائی اور یہودی مفکرین اسلام کے طریقہ کے مطابق روزہ رکھوا کر امراض پر قابو پانے اور اپنے آپ کو Active رکھنے کے لیے تجرباتی Projects پر کام کر رہے ہیں۔ اس تحقیقی سفر میں حسب ذیل محققین شامل ہوئے۔

پروفیسر مور پالڈ

آکسفورڈ یونیورسٹی کے پروفیسر مور پالڈ لکھتے ہیں کہ میں مطالعاتی اسلامک ریسرچ میں مصروف تھا میرے سامنے جب روزے کا باب آیا تو میں چونک اٹھا۔ اس عمل کا بنظر غائر جائزہ لیا تاہم اس کے عملی نتائج اخذ کرنے کی غرض سے میں نے مسلمانوں کی طرز پر روزے رکھنا شروع کر دیے۔ میں عرصہ دراز سے ورم معدہ (Gastritis) میں مبتلا تھا۔ چند روزے رکھنے کے بعد میں نے مرض میں قدرے آفاقہ محسوس کیا۔ میں نے روزہ کی مشق جاری رکھی۔ ایک ماہ مکمل ہو جانے کے بعد میں نے اپنے جسم میں نہ صرف تغیر محسوس کیا

بلکہ انقلابی تبدیلی محسوس کی۔

اگر اسلام اپنے ماننے والوں کو کچھ اور نہ بھی دیتا صرف روزے کا فارمولا ہی دے دیتا تو ان کے پاس روزہ سے بڑھ کر اور کوئی نعمت نہ ہوتی۔ (نئی دنیا)

ڈاکٹر لوتھر جیسیم

کیمبرج کے معروف (Pharmacologest) ڈاکٹر لوتھر جیسیم نے ایک دلچسپ تجزیہ کیا۔ موصوف نے لکھا ہے کہ میں نے سارا دن خالی پیٹ (روزہ دار) شخص کے معدے کی رطوبات حاصل کیں اور پھر اس کا Analysis کیا اور میں نے محسوس کیا کہ اس میں وہ متعفن غذائی اجزاء (Food Particals Septic) جن سے معدہ امراض کو قبول کرتا ہے بالکل ختم ہو جاتے ہیں۔ لوتھر کا کہنا ہے کہ روزہ تمام جسم اور خصوصاً معدے کے امراض میں صحت کی ضمانت ہے۔

ہالینڈ کے پادری کا تجربہ

پوپ ایلف گال جی نامی ہالینڈ کا بڑا پادری گزرا ہے۔ وہ روزے کے بارے میں اپنے تجربات اور ان کی طبی افادیت کے بارے میں اپنے نظریات کا اظہار کرتا ہے کہ ”میں اپنے روحانی پیروکاروں کو ہر ماہ تین روزے (اسلامی ایام بیض کی طرز پر) رکھنے کی تلقین کرتا ہوں میں نے اس طریقہ کار کے ذریعے جسمانی اور ذہنی ہم آہنگی محسوس کی۔ میرے مریض مسلسل مجھ پر زور دیتے کہ میں انہیں کچھ اور طریقہ بتاؤں لیکن میں نے یہ اصول وضع کر لیا کہ ان میں وہ مریض جو لاعلاج ہیں ان کو تین یوم نہیں بلکہ ایک ماہ روزے رکھوائے جائیں۔ میں نے ذیابیطس شکری، امراض قلب اور معدے کے مریضوں کو مستقل ایک ماہ روزے رکھوائے۔

☆ شوگر کے مریضوں کی حالت بہتر ہوئی، ان کی شوگر کنٹرول ہو گئی۔

☆ دل کے مریضوں کی بے چینی اور سانس کا پھولنا کم ہوا۔

☆ معدے کے مریضوں کو سب سے زیادہ آفاقہ ہوا۔

(سنت نبوی اور جدید سائنس بحوالہ ہمفرے کے تجربات)

بتدریج کمی ہوتی رہی جبکہ 20 رمضان اور 29 رمضان کو لیے گئے ٹیسٹ کے مطابق (Serium Glocose) میں اضافہ ہوا۔

☆ سیرم بلی روبن (Serium Bilirubin) میں ابتدائی 10 روزوں میں 0.56 سے 0.77 اضافہ ہوا جبکہ 20 رمضان اور 29 رمضان کے ٹیسٹوں میں 0.4 تا 1.1 کی کمی ہوئی۔

☆ کیلشیم، فاسفورس، پروٹین، البیومن اور کسی بھی مقررہ ہارمون میں کوئی خاص تبدیلی نمودار نہیں ہوئی۔

☆ وقفہ وقفہ سے کھانے اور پینے سے مسلسل 17 گھنٹہ روزانہ 29 دن تک اجتناب کرنے سے مردانہ تولیدی مادے (Male Peripherm یا Re-productive Harmones) Metabolism میں کسی قسم کا کوئی تغیر نہیں آیا۔

اس سے یہ نتیجہ اخذ کیا گیا ہے کہ اسلامی روزے کے جسم پر کوئی منفی اثرات نہیں ہوتے بلکہ روزہ دار کے وزن اور چربی کے استحالہ Lipid Metabolism پر خوشگوار اثرات مرتب ہوتے ہیں۔

روزہ کی طبی افادیت

روزہ میں بے شمار روحانی حکمتوں اور تزکیۃ النفس کے مصالح کے ساتھ متعدد امراض کے معالجانہ اسرار بھی شامل ہیں۔

اطباء کا یہ اصول رہا ہے کہ بسا اوقات بچوں کو بعض امراض میں خاص مدت تک صرف پانی دیتے ہیں۔ مقصد یہ کہ بدن کے سمی اثرات زائل ہو جائیں اور آلات ہضم کی درستگی اور اصلاح ہو جائے۔ چنانچہ آنتوں میں قوت دافع پیدا ہوتی ہے اور جسم سے فاسد

مواد کا اخراج ہو جاتا ہے پھر کھانے کی حقیقی رغبت کی وجہ سے غذا صحیح طور پر جز و بدن بنتی ہے اور بچہ بالکل تندرست ہو جاتا ہے۔ یہ صورت صرف بچوں کے ساتھ ہی نہیں بلکہ ہر عمر کے لوگوں کے ساتھ ہوتی ہے۔ کھانے کی رغبت اور اشتہا معدوم ہو جاتی ہے جس کا عمومی سبب معدے کی امتلائی کیفیت اور عفونت ہوتی ہے اور فاقہ اس کا علاج ہے۔

۱۹۸۹ء میں راقم کو معدہ کی تکلیف ہوئی۔ کیفیت یہ تھی کہ غذا جو بھی لی جاتی فی الفور متلی (Neusea) شروع ہو جاتی اور اکثر اوقات قے ہو جاتی۔ پھر کچھ وقت کے لیے سکون رہتا تب متلی شروع ہو جاتی۔

بہت علاج کرایا مگر آفاقہ نہ ہوا۔ میں نے ہومیو پیتھک طریق علاج سے استفادہ کرنا چاہا اور کرنل اسد اللہ صاحب سے (لاہور میں) ملا۔ کرنل اسد اللہ صاحب (ریٹائر) صوم وصلوٰۃ کے پابند اور مذہب سے محبت کرنے والے تھے۔ انہوں نے میری تمام ہسٹری لی اور پھر نسخہ مرتب کرنے کے بعد فرمایا کہ نسخہ کے استعمال سے قبل پانچ دن تک کھانا نہیں کھانا یعنی (فاقہ کی ایک صورت تھی) نہار ماء العسل استعمال کرتا تھا۔ لائٹ ناشتہ اور اس کے ساتھ چائے کی بجائے سبز قہوہ، گندم کے مرکبات سے پرہیز اور خاص طور پر ہدایت کی کہ دو کھانوں کے مابین کم از کم ۱۰ گھنٹہ کا وقفہ رکھا کرو۔

ان کی ہدایت پہ عمل کیا گیا اور پانچ دن کے بعد جب علاج شروع کیا تو دو تین روز میں صحت بہتری کی طرف رواں ہوگئی۔

میں سمجھتا ہوں کہ میرے اس علاج میں دوا کا اتنا کردار نہیں تھا جتنا ان پانچ دنوں میں روزے کی کیفیت کا ہے۔ کرنل صاحب نے میرا نفسیاتی اور روحانی علاج کیا۔ صبح نہار منہ شہد اور پانی ملا کر استعمال کرنے سے ایک تو ہمہ قسم کے سمی اثرات زائل ہوئے اور اس سے قوت مدافعت میں اضافہ ہوا۔ نیز معدہ نے دوا کے اثرات جلد قبول کرنا شروع کر دیے۔

امراض مزمن (Chronic diseasis) میں روزہ بہترین علاج ہے۔ روزہ رکھنے سے جسم انسانی کی قدرتی ساخت ایسے حالات میں دفع سمیت کی طرف مائل ہو جاتا ہے اسی لیے خالق کائنات نے تمام امتوں پر روزے فرض فرمائے تا کہ روحانی طاقت کے ساتھ ساتھ جسم بھی امراض سے محفوظ رہے۔

روزہ اور غیر مسلم مفکرین

☆ روزہ رکھنے سے خیالات میں اضطراب نہیں رہتا اور تیزی جذبات ختم ہو جاتی ہے۔ برائیاں اور بدیاں دور ہو جاتی ہیں اور تجرد کی زندگی بخوبی گزر جاتی ہے۔ (ڈاکٹر مائیکل)

☆ مہینہ میں ایک دو بار روزہ رکھنا امراض کے لیے حفظ ماتقدم اور قیام صحت کے لیے مفید تدبیر ہے۔ (ڈاکٹر جی جیکپ)

☆ شدت مرض و مصائب اور تشنگی برداشت کرنے کے لیے روزہ سے بہتر کوئی چیز نہیں ہو سکتی۔ (ڈاکٹر ہنٹر)

☆ کبھی کبھار روزہ رکھنا جسم کے لیے مفید ہوا کرتا ہے لیکن روزہ رکھتے اور افطار کرتے وقت بسیار خوری سے احتیاط ضروری ہے۔
(ڈاکٹر فرلنکلین)

☆ ذہنی سکون و قلبی اطمینان پیدا کرنے کے لیے روزہ بہترین چیز ہے۔
(ڈاکٹر سرسٹ)

☆ روزے سے کئی جسمانی بیماریاں ختم ہو جاتی ہیں۔ خصوصاً مرطوب اور بلغمی بیماریاں۔ (ڈاکٹر کلاو)

☆ جذباتی انسانوں اور مجرد افراد کے لیے روزہ بہت مفید چیز ہے۔ اس سے خیالات درست اور شیطانی وسوسے پیدا نہیں ہوتے۔
(ڈاکٹر ابراہیم)

☆ فاقہ کی بہترین صورت روزہ ہے۔ جنہیں فاقہ کرنے کی ضرورت ہو وہ اسلامی طریقہ کے مطابق روزہ رکھے۔ طبیب یا ڈاکٹرز جس

طرح فاقہ کرواتے ہیں وہ قطعی غلط ہے۔ (ڈاکٹر ایمرسن)

☆ جس بشر کو تزکیۃ النفس کی ضرورت ہو اسے چاہیے کہ وہ کثرت سے روزے رکھا کرے۔ میں مسیحی دوستوں سے کہوں گا کہ وہ اس بات میں مسلمانوں کی تقلید کریں۔ ان کے روزہ رکھنے کا طریقہ بہترین ہے۔ (ڈاکٹر رچرڈ)

☆ موٹاپے کے باعث بانجھ پن میں مبتلا خواتین کو روزے رکھوائے جس سے ان کا موٹاپہ دور ہو گیا اور وہ حاملہ ہو گئیں۔
(ڈاکٹر ٹینڈا یوہاشی گاو)

مستشرقین کی سروے رپورٹ

جرمنی، برطانیہ اور امریکہ کے ماہرین فن (ڈاکٹرز) کی ایک سروے ٹیم نے رمضان المبارک میں اس بات کی تحقیق کے لیے ایک مطالعاتی سروے کیا کہ رمضان المبارک میں E.N.T (Ear. Nose. Throat) کے امراض کم ہو جاتے ہیں...... آخر کیوں؟

اس سلسلہ میں ریسرچ کے لیے انہوں نے پاکستان کے تین بڑے شہروں کراچی، لاہور اور فیصل آباد کا انتخاب کیا اور مہینہ بھر وہ تحقیق و جستجو میں مصروف رہے۔ پھر انہوں نے اپنی سروے رپورٹ مکمل کی جس کا خلاصہ حسب ذیل ہے۔

☆ چونکہ مسلمان نماز پڑھتے ہیں اور خصوصاً رمضان المبارک میں زیادہ پابندی کرتے ہیں اس لیے وضو کرنے سے E.N.T (کان، ناک، گلے) کے امراض کم ہو جاتے ہیں۔"

☆ کھانا کم کھانے سے معدے اور جگر کے امراض کم ہو جاتے ہیں۔

☆ چونکہ مسلمان ڈائٹنگ کرتا ہے اس لیے وہ اعصاب اور دل کے

امراض میں بھی کم مبتلا ہوتا ہے۔(روزنامہ جنگ لاہور ۱۹۹۸ء)

بدن انسانی پر روزے کے اثرات کے تجزیات

موسم اور جغرافیائی وقوع کے اختلافات کے لحاظ سے روزہ کا دورانیہ ۱۲ گھنٹوں سے ۱۷ گھنٹوں تک ہے اور رات کے طول کے اعتبار سے عموماً افطاری اور سحری کے مابین دو مرتبہ کھانا کھایا جاتا ہے۔ محض سائنٹفک اعتبار سے یہ بات وثوق سے نہیں کہی جاسکتی کہ روزہ جسم پر کیا اثرات مرتب کرتا ہے۔

کچھ لوگوں کا نظریہ ہے کہ روزہ جسمانی فعلیات میں نقصان اور جسمانی کمزوری کا موجب ہوتا ہے۔ بعض لوگ یہ کہتے ہیں کہ روزے سے جسمانی نقاہت نہیں ہوتی کیونکہ روزہ رکھنے سے دو کھانوں کا درمیانی وقفہ ہی معمول سے کچھ زیادہ ہو جاتا ہے۔ درحقیقت 24 گھنٹوں میں مجموعی طور پر اتنے حرارے میسر آ جاتے ہیں کہ جسم کو پانی کی اتنی مقدار مل جاتی ہے جتنی روزہ کے علاوہ دنوں میں ملتی ہے۔ نیز لوگ رمضان میں لحمیات (Protin) اور نشاستہ دار اغذیہ (Corbohydrates) عام دنوں کے مقابلہ میں زیادہ استعمال کرتے ہیں۔ اس بات کے پیش نظر یہ بھی کہا جاسکتا ہے کہ مجموعی غذائیت (حرارے) عام دنوں کے مقابلہ میں جسم کو زیادہ مقدار میں ملتے ہیں۔ صحیح رائے قائم کرنے کے سلسلہ میں روزہ داروں کے جسم کے اثرات کا مشاہدہ کیا گیا چنانچہ اس غرض سے 13 روزہ داروں کا ایک گروپ منتخب کیا گیا ان میں ایک حاملہ خاتون (مدت حمل 6 ماہ) کو بھی شامل کیا گیا۔ اس کے ساتھ ایک ایسے 27 سالہ مرد کو بھی شامل کیا گیا جس نے روزہ نہیں رکھا۔ اس طرح 14 افراد پر تجربہ شروع کیا گیا۔ تجربے اور مشاہدے کے دوران حسب ذیل امور کو مفصل طور پر ریکارڈ کیا گیا۔

☆وزن ☆جسمانی حرارے ☆نبض

☆خون کا دباؤ ☆شرح طبعی استحالہ (B.M.R) ☆بدنی سیال

☆خون اور پیشاب کا کیمیائی تجزیہ

طریق کار اور وسائل

پہلا گروپ

اس گروپ میں 17-27 اور 40 سال کی تین خواتین شامل تھیں جن کا تعلق متوسط طبقہ سے تھا۔ ان کی عمومی استعمال کی اغذیہ میں غذائیت کا اندازہ 2500 سے 3000 حرارے (کیلوریز) یومیہ کیا گیا تھا۔ (Physically) ان میں سے کوئی بھی کسی جسمانی مرض یا تعدیہ (Infection) میں مبتلا نہ تھیں۔

رمضان سے ایک ہفتہ قبل ان سب کا تفصیلی معائنہ کیا گیا تھا تاکہ بعد کے حالات سے ان حالات کا موازنہ کیا جاسکے۔

اس وقت تجزیہ کے لیے پیشاب اور خون کے ٹیسٹ کے لیے Specemen ناشتہ سے قبل حاصل کیے گئے۔ اسی طرح رمضان کے دوران خون اور پیشاب کے نمونوں کو افطاری کے بعد حاصل کیا گیا جبکہ افطاری صرف ایک اونس پانی سے کی گئی۔

دوران رمضان مشاہدہ

یکم رمضان، ۱۰ رمضان اور آخری روزہ کے دن اور پھر چار ہفتے گزر جانے کے بعد تجزیہ کیا گیا۔ وزن کا گوشوارہ حسب ذیل رہا۔

اقسام	قبل رمضان	یکم رمضان	10 رمضان	29 رمضان	29 شوال
روزہ رکھنے والوں کا اوسط وزن	122 پونڈ	122 پونڈ	121 پونڈ	119 پونڈ	121 پونڈ
حاملہ خاتون کا اوسط	106 پونڈ	106 پونڈ	108 پونڈ	110 پونڈ	117 پونڈ
غیر روزہ دار	142 پونڈ	140 پونڈ	140 پونڈ	142 پونڈ	142 پونڈ

یعنی غیر روزہ دار کے جسمانی وزن میں کوئی بڑی تبدیلی نہیں ہوتی تھی۔

انداز فکر

امریکہ کے شہر بوسٹن میں (American Natural Hygiene Society) کے زیر اہتمام ہونے والے سالانہ اجلاس میں ڈاکٹر گولڈ اسٹین نے اپنے خطاب میں کہا کہ مشکل ترین چیز جو ہمارے انداز فکر و ذہن کو خود ہماری جسمانی استعداد کی جانب متوجہ رکھنا ہوتا ہے۔ نیز یہ بھی واضح کیا کہ بہت سے طویل امراض میں لوگ مدد کے طلبگار ہوتے ہیں مگر انہیں مدد کی بجائے مایوسی ملتی ہے اور بسا اوقات یوں بھی ہوتا ہے کہ طبی تحقیقات بھی ان علامات سے ناآشنا ہوتی ہے جو صحت کو لوٹا سکیں۔ مگر بہت سے عمر رسیدہ لوگوں نے برسوں بیمار رہنے کے بعد روزہ کو آزمایا اور روزہ کی بدولت ان کی بحالی صحت کا عمل جاری ہوگیا۔ یہ ایک تلخ حقیقت ہے کہ حاملین طب روزہ کی افادیت سے فیض یاب نہیں ہوئے۔

اسی مضمون میں بتایا گیا کہ ''onturio'' (کینیڈا) میں سالانہ مشاورتی بورڈ میں شریک ایک خاتون نے اپنی تقریر میں واشگاف الفاظ میں کہا کہ صحت کے لیے کسی رقم کی ضرورت نہیں کیونکہ ہمارے ڈاکٹرز علامات (Symptoms) کا علاج کرتے ہیں امراض (Diseases) کا نہیں۔ میں چاہتی ہوں کہ جو میں نے رمضان کے متعلق سنا ہے کہ قرآن پاک رمضان میں نازل ہوا۔ صرف وہی پاک کرتا ہے روح کو اور غنی کرتا ہے دل کو' اسی قرآن سے فیض حاصل کیا جائے اور روزے رکھ کر اپنے امراض کی روک تھام کی جائے۔ (اسلام اور میڈیکل سائنس بحوالہ عرب نیوز)

فرانس میں یہودیوں کے روزے

سنت نبوی اور جدید سائنس کے مولف نے ایک دلچسپ واقعہ تحریر کیا کہ میں فرانس گیا مجھے ایک دوست کہنے لگا کہ رمضان المبارک آیا مجھے روزہ رکھنا اور تراویح پڑھنا تھیں۔ میں

نے اپنے پروفیسر سے اجازت طلب کی کہ مجھے روزہ رکھنے اور تراویح کی ادائیگی کے لیے چھٹی مطلوب ہے۔ کیونکہ اپنی عبادات کے سلسلے میں جہاں مجھے جانا تھا وہاں سے میں روزانہ آجا نہیں سکتا تھا۔ اس پر پروفیسر صاحب نے کہا اس مقصد کے لیے تمہیں کہیں جانے یا چھٹی لینے کی ضرورت نہیں۔ کیونکہ میں تمہاری ملاقات یہیں ایسے لوگوں سے کروا دیتا ہوں۔ لہٰذا پروفیسر صاحب نے مجھے ایک جگہ بھجوا دیا۔ وہاں عمامے باندھے ہوئے باریش لوگوں سے ملاقات ہوئی جو جبے پہنے ہوئے تھے۔ مسواک سے وضو کر رہے تھے۔ وہاں اذانیں بھی دی جا رہی تھیں اور باجماعت نماز کا بھی اہتمام تھا۔ ایک آگے قرآن کی تلاوت کر رہا ہے جبکہ دوسرے سبھی لوگ پیچھے پورے انہماک سے سن رہے ہیں اور سحری افطاری کے پورے اہتمام کے ساتھ روزے بھی رکھ رہے ہیں۔

پھر وہ لوگ معتکف بھی ہوئے۔ اس طرح پورا مہینہ (رمضان) پرسکون گزرا نماز عید پڑھ کر میں واپس آگیا اور آکر پروفیسر صاحب کا شکریہ ادا کیا کہ آپ نے میری ملاقات ایسے مذہبی لوگوں سے کروا دی۔ اس پر پروفیسر صاحب مسکرا دیے۔ میں نے دریافت کیا کہ کیا بات ہے؟ تو انہوں نے مسکراتے ہوئے کہا کہ یہ سب لوگ یہودی تھے۔ مجھے حیرت ہوئی تو پروفیسر صاحب نے وضاحت کی کہ انہوں نے ایک Project کے تحت کام کیا ہے کہ اسلام میں مسلمان مسلسل ایک مہینہ روزے رکھتے ہیں ہم بھی ویسے روزے رکھ کر دیکھتے ہیں کہ اسلام کے اندر کیا کیا اچھائیاں ہیں۔ اگر اچھائیاں ہوں گی تو ہم بن کے اسلام قبول کرلیں گے۔ (سنت نبوی اور جدید سائنس بحوالہ علمائے کرام اور ان کی ذمہ داریاں)

میں روزے رکھتا ہوں

میرے دوست حکیم طارق محمود چغتائی نے اپنی کتاب میں ایک امریکی غیر مسلم کا واقعہ لکھا ہے کہ میرا ایک دوست امریکہ میں تھا۔ ایک صاحب سے ملاقات ہوئی تو انہوں نے بتایا کہ ''میں روزے رکھتا ہوں'' میں نے کہا کہ تم تو غیر مسلم ہو۔ اس نے جواباً کہا کہ

سال میں کچھ وقت انسان کو اس طرح گزارنا چاہیے کہ وہ Dieting کر کے اپنے نظام ہضم (Digestive System) کو کچھ عرصہ فارغ رکھے۔ اس طرح اس کے اندر موجود فاسد رطوبات جو وقت کے ساتھ ساتھ زہر (Toxic) میں منتقل ہو جاتی ہیں وہ روزہ رکھنے سے ختم ہو جاتی ہیں۔ ان خطرناک رطوبات کے ختم ہونے سے بہت سے پیچیدہ امراض (Complicated Diseases) از خود ختم ہو جاتے ہیں۔ اس طرح نظام ہضم پہلے سے مضبوط ہو جاتا ہے۔ اس لیے میں نے اور میری بیوی نے یہ فیصلہ کیا کہ ہم مہینے میں اس طرح روزہ رکھ کر Dieting کریں گے۔ میں نے کہا ہمیں یہ سنت دین میں بتائی گئی ہے کہ مہینے میں تین روزے رکھیں۔

روزہ اور حیاتیاتی علوم

(The Fast & Biological Fects)

حالت روزہ میں خون پر اثرات

روزہ کی حالت میں مخصوص اوقات کے علاوہ چونکہ کچھ کھایا پیا نہیں جاتا جبکہ محنت اور کام کاج سے توانائی صرف ہوتی رہتی ہے جیسا کہ سائنسی اصول ہے کہ جب مشینری چلے گی تو Feul تو استعمال ہوگا۔ اسی طرح جب توانائی استعمال ہوگی تو خون میں کمی بھی آئے گی اور یہ اثر دل کو نہایت مفید استراحت مہیا کرتا ہے۔ اس میں قابل ذکر بات یہ ہے کہ خلیات کے درمیان Intercellular مائع کی مقدار میں کمی کی وجہ سے دل کے Tissues پر دباؤ کم ہو جاتا ہے۔ پٹھوں پر دباؤ یا عام فہم میں Diastolic دباؤ دل کے لیے نہایت اہمیت کا حامل ہوتا ہے۔ روزے کے دوران Diastolic Pressure ہمیشہ کم سطح پر ہو جاتا ہے یعنی اس صورت میں دل مکمل طور پر آرام کی حالت میں ہوتا ہے۔

آج کے دور میں ہر شخص ماڈرن زندگی کے مخصوص حالات کی بدولت شدید دباؤ یعنی Hypertension اور Tension سے متاثر ہے۔ جس کا کامل علاج اور شفایابی کا راز روزے میں مضمر ہے۔ رمضان المبارک کے ایک ماہ کے مسلسل روزے بطور خاص Diastolic Pressure کو کم کر کے انسان کو بے شمار فوائد پہنچاتے ہیں۔

روزے کا سب سے اہم اثر دوران خون (Blood Circulation) پر اس پہلو سے ہے کہ یہ دیکھا جائے کہ اس سے شرائین (Artries) پر کیا اثر ہوتا ہے۔ یہ ایک عام فہم حقیقت ہے کہ شرائین کی کمزوری کی اہم ترین وجوہات میں سے ایک وجہ خون میں باقی ماندہ مادے (Remnants) کا پوری طرح تحلیل نہ ہو سکنا ہے۔ جبکہ دوسری بات

روزے میں بطور خاص افطار کے وقت کے قریب خون میں موجود غذائیت کے تمام ذرات تحلیل ہو چکے ہوتے ہیں۔ اس طرح خون کی شریانوں کی دیواروں پر چربی یا دیگر اجزاء کولیسٹرول (Colistrol) وغیرہ جم نہیں پاتے۔ اس طرح شرائین سکڑنے سے محفوظ رہتی ہیں۔ چنانچہ موجودہ دور کی انتہائی پرخطر امراض جس میں شریانوں میں دیوار کی سختی (Arteriosclercsis) نمایاں ترین ہے سے بچنے کے لیے روزہ بہترین تدبیر ہے۔ چونکہ روزے کے دوران گردے جنہیں دوران خون کا ایک حصہ سمجھا جاتا ہے۔ آرام کی حالت میں ہوتے ہیں تو انسانی جسم کے اس عضو رئیس (Kidnies) کی بحالی بھی روزے کی برکت سے بحال ہو جاتی ہے۔

روزہ اور خون کی تشکیل

خون ہڈیوں کے گودے (Bone Merrow) میں تشکیل پاتا ہے۔ جسم انسانی کو جب خون کی ضرورت ہوتی ہے تو ایک خودکار نظام ہڈی کے گودے کو حرکت پذیر (Stimulate) کر دیتا ہے۔ حتیٰ کہ انتہائی کمزور و نحیف لوگوں میں بھی یہ گودا بطور خاص سست حالت میں ہوتا ہے۔ روزے کے دوران جب غذائی مادے کم ترین سطح پر ہوتے ہیں Bone Merrow حرکت پذیر ہو جاتا ہے۔ اس طرح کمزور و لاغر لوگ روزہ رکھ کر با آسانی اپنے اندر زیادہ خون پیدا کر سکتے ہیں۔

خلیہ (سیل) پر روزہ کا اثر

روزے کا سب سے اہم اثر خلیوں (Cells) کے اندرونی سیال مادوں کے درمیانی توازن کو برقرار رکھنا ہے۔ چونکہ روزہ کے دوران مختلف سیال مقدار میں کم ہو جاتے ہیں۔ خلیوں کے عمل میں بڑی حد تک سکون پیدا ہو جاتا ہے اس طرح لعاب دار جھلی (Mucus Membrine) کا بالائی سطح سے متعلق خلیے (Epithelial) جو جسم کی رطوبت کے متواتر اخراج کے ذمہ دار ہوتے ہیں ان کو بھی صرف روزہ کے ذریعے ہی بڑی حد تک آرام و سکون ملتا ہے جس کے باعث ان کی صحت مندی میں اضافہ ہوتا ہے۔
خلیوں کے علم کے نکتہ نظر سے یہ کہا جا سکتا ہے کہ لعاب بنانے والے غدود

(Pituitary Glands) گردن کے غدد تیموسیہ (Thyroid Glands) اور لبلبہ (Pancreas) کے غدود شدید بے چینی سے ایسے مواقع کے منتظر ہوتے ہیں جو انہیں استراحت مہیا کر سکے اور مزید کام کے لیے اپنی توانائیوں کو جلا بخشے۔ تاہم یہ استراحت اور سکون روزے کی حالت میں ہی میسر آ سکتا ہے۔

روزہ کے معدہ پر اثرات

روزہ کی حالت میں انسانی معدہ پر از حد مفید اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ روزہ کی بدولت معدہ سے مترشح ہونے والی رطوبات متوازن ہو جاتی ہیں اور روزہ کے سبب معدہ میں تیزابیت (Acidity) جمع نہیں ہوتی۔ اگرچہ عام قسم کی بھوک سے اس تیزابیت میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ چونکہ روزہ کے دوران معدہ کے اعصاب و رطوبات پیدا کرنے والے خلیے رمضان کے مہینے میں آرام کی حالت میں چلے جاتے ہیں اور ایک صحت مند معدہ افطار کے بعد زیادہ کامیابی سے ہضم کرنے کا کام سرانجام دیتا ہے۔

روزہ کے آنتوں پر اثرات

روزہ آنتوں کو آرام اور توانائی فراہم کرتا ہے۔ یہ صحت مند رطوبت بننے اور معدہ کے پٹھوں کی حرکت سے ہوتا ہے۔ آنتوں کی شرائین کے غلاف کے نیچے Endothelium محفوظ رکھنے والے Immune System کا بنیادی عنصر موجود ہوتا ہے جیسے انتڑیوں کا جال۔ روزے کے دوران ان کو نئی توانائی اور تازگی حاصل ہوتی ہے۔ اس طرح روزہ داران تمام بیماریوں سے محفوظ ہو جاتے ہیں جو ہضم کرنے والی نالیوں پر ہو سکتے ہیں۔

روزہ اور نظام اعصاب

کچھ لوگوں میں بحالت روزہ چڑچڑاپن بے چینی اور کسل مندی بڑھ جاتی ہے جس کا عصبی نظام (Nervous System) سے قطعی کوئی تعلق نہیں ہوتا۔ ایسی صورت حال ان انسانوں کے اندر انانیت (Egotistic) یا طبیعت کی سختی کی بنا پر ہوا کرتی

ہے۔اس کے برعکس روزہ کے دوران Nervous System مکمل آرام وسکون کی حالت میں ہوتا ہے۔

عبادات کی بجا آوری سے حاصل شدہ تسکین ہماری تمام کدورتوں اور غصہ کو دور کر دیتی ہے۔اس سلسلے میں زیادہ خشوع وخضوع اور اللہ کی مرضی کے سامنے سرنگوں ہونے کی وجہ سے ہماری پریشانیاں واضطرابی کیفیات تحلیل ہوکر ختم ہو جاتی ہیں۔اس طرح عصر حاضر کے شدید مسائل جو اعصابی صورت میں ہوتے ہیں۔(عصبی امراض) کامل طور پر ختم ہو جاتے ہیں۔

روزہ کے دوران چونکہ روزہ دار کی جنسی خواہشات علیحدہ ہو جاتی ہیں اس وجہ سے اعصابی نظام پر منفی اثرات مرتب نہیں ہوتے۔

روزہ اور وضو کے مشترکہ اثرات سے جو مضبوط ہم آہنگی پیدا ہوتی ہے۔اس سے دماغ میں دوران خون (Blood Circulation) کا بے مثل توازن قائم ہو جاتا ہے جو صحت مندی اور عصبی نظام کی (صحت) کی نشان دہی کرتا ہے۔اندرونی غدد کو جو استراحت میسر آتی ہے وہ پوری طرح اعصابی نظام پر اثر انداز ہوتا ہے جو روزہ کا اس انسانی نظام پر ایک اور احسان ہے۔

انسانی تحت الشعور جو رمضان کے دوران عبادات اور مہر باتیوں کی بدولت صاف شفاف اور تسکین پذیر ہو جاتا ہے اور عصبی نظام پر خوشگوار اثرات مرتب کر کے ذہنی تناؤ اور اضطراب کو دور کرنے میں مدد دیتا ہے۔

روزہ کے جگر پر اثرات

دیگر اعضاء کی طرح روزہ جگر پر بھی اثر انداز ہوتا ہے۔آیئے......اب سائنسی تناظر میں دیکھیں اور تجزیہ کریں کہ فی الواقع روزہ Liver Function پر اثر انداز ہوکر Human body پر کیا اثرات چھوڑتا ہے۔

یہ بات دلچسپی سے خالی نہیں کہ روزہ جگر پر محیر العقول حد تک اثر انداز ہوتا ہے چونکہ جگر کے تغذیہ کے علاوہ مزید پندرہ عوامل ہیں۔بالآخر یہ تھکن کا شکار ہو جاتا ہے جس طرح ایک چوکیدار ساری عمر کے لیے پہرے کے لیے کھڑا ہو۔اسی وجہ سے صفرا کی رطوبت

(Bile) جس کا اخراج ہاضمہ کے لیے ہوتا ہے۔مختلف مسائل پیدا کرتا ہے اور دیگر اعمال پر بھی اثر انداز ہوتا ہے۔

دوسری جانب روزہ کے ذریعے جگر کو چار پانچ گھنٹوں کے لیے استراحت میسر آتی ہے جبکہ یہ استراحت بغیر روزہ کے ممکن نہیں۔کیونکہ بہت ہی معمولی خوراک یہاں تک کہ ایک گرام کے دسویں حصہ (100 گرام) کے برابر بھی اگر معدہ میں داخل ہو جائے تو پورے نظام ہضم کا کمپیوٹر اپنا کام شروع کر دیتا ہے اور جگر فوری مصروف عمل ہو جاتا ہے۔سائنسی نکتہ نظر سے یہ دعویٰ کیا جا سکتا ہے کہ اس آرام کا وقفہ ایک سال میں تقریباً ایک ماہ تو ہونا چاہیے۔

جدید دور کا انسان جو اپنی زندگی کی غیر معمولی قیمت مقرر کرتا ہے متعدد طبی معائنوں کے ذریعے اپنے آپ کو محفوظ سمجھنے لگتا ہے لیکن اگر جگر کے خلیہ کو قوت گویائی حاصل ہوتی تو وہ ایسے انسان سے کہتا مجھ پر ایک عظیم احسان تم روزے کے ذریعے ہی کر سکتے ہو۔

جگر پر روزے کی برکات میں ایک وہ ہے جو خون کے کیمیاوی عمل پر اثر اندازی سے متعلق ہے۔جگر کے انتہائی مشکل کاموں میں سے ایک کام اس کا توازن برقرار رکھنا بھی ہے جو غیر ہضم شدہ خوراک اور تحلیل شدہ خوراک کے درمیان ہوتا ہے یا پھر خون کے ذریعے اس کو ہضم ہو جانے کے عمل کی نگرانی کرنا ہوتا ہے۔جبکہ روزہ کے ذریعے جگر توانائی بخش کھانے کے سٹور کرنے کے عمل سے بڑی حد تک آزاد ہو جاتا ہے۔اس طرح جگر اپنی توانائی خون میں Globulin جو جسم کو محفوظ رکھنے والے نظام (Immune System) کو تقویت دیتا ہے کی پیداوار پر صرف کر سکتا ہے۔

روزے کے ذریعے گلے اور خوراک کی نالی کو جو بے حد حساس ہیں جو آرام نصیب ہوتا ہے۔اس تحفہ کی قیمت کوئی ادا نہیں کر سکتا۔

ان سائنسی حقائق کے پیش نظر ڈاکٹر ہلوک نور باقی لکھتے ہیں کہ وہ دن بھی آئے گا جب پوری دنیا روزہ رکھے گی۔(روحانی ڈائجسٹ فروری ۱۹۹۵ء)

روزہ اور خون کے کیمیائی اجزاء

ڈھاکہ میڈیکل کالج کے پروفیسرز نے فروری ۱۹۶۲ء میں روزہ داروں اور غیر روزہ داروں کے گروپوں میں تقابلی تجربات کیے اور روزہ کے Blood Chemistry پر کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ محققانہ انداز میں تجزیاتی اور سائنٹفک رپورٹ تیار کی جس کے کچھ نکات حسب ذیل ہیں۔ اس تحقیق سے قبل ان پروفیسرز نے ایک سوال نامہ تیار کیا تا کہ ان کی روشنی میں ان سوالات کے عملی جوابات حاصل کیے جا سکیں۔

سوالنامہ

☆ روزہ داروں میں دن کے آخری حصہ میں چستی اور پھرتی باقی نہیں رہتی اس کی کیا وجہ ہے؟

☆ روزہ کی حالت میں کیا Blood Sugar Level میں کمی تو نہیں آ جاتی؟

☆ روزہ دار کے قلب کے افعال پر کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں؟

☆ لعاب دار رطوبت معدہ کی پیداوار پر روزہ کے کیا اثرات ہوں گے؟

تحقیق و جستجو

تجرباتی طور پر رمضان سے ایک ہفتہ قبل ۲۵ سال سے ۶۵ سال کی عمر کے خواتین و حضرات کے خون کے ٹیسٹ لے کر اپنے تحقیقی سفر کا آغاز کیا اور خون پر PCV-ESR اور Blood Serium میں پوٹاشیم کی موجودگی، قلب (ECG) پر روزہ کے اثرات، بحالت روزہ Blood Chemistry پر اپنی تحقیق شروع کی۔

خون کے کیمیائی تغیرات

خون کا ای سی آر یعنی Erthrocytic Sedimentation Rate بالفاظ دیگر اس میں خون کے سرخ ذرات Red Blood Corpocells کے تہہ نشین ہونے کی شرح میں کمی بیشی کسی نہ کسی مرض کی نشان دہی کرتی ہے۔ اوسطاً RBC کی تہہ نشینی کی شرح ہر انسان میں 05MM تا 15MM ہوا کرتی ہے۔

ESR کی زیادتی کے معنی خون میں Glubulin-Fibrogen اور Albumin کی کمی ظاہر کرتی ہے جبکہ روزہ داروں کے خون کے Potassium میں کمی بیشی نہیں پائی گئی۔

رطوباتِ معدہ (غیر روزہ داروں میں)

☆ ہائیڈروکلورک ایسڈ (HCL) 30 ملی لٹر

☆ مجموعی معدی ترشہ 17 ملی لٹر فی 100 فی لٹر

☆ آزاد ترشہ (Free Acid) 20 سے 40 ملی لٹر فی 100 ملی لٹر

رطوبات معدہ (روزہ داروں میں)

☆ ہائیڈروکلورک ایسڈ (HCL) افطاری کے وقت NIL

☆ لعاب معدہ (Pepticmucus) Normal

نتائج

☆ چونکہ RBC میں کوئی توڑ پھوڑ نہیں ہوتی۔ اس لیے ESR نارمل رہا

☆ چونکہ RBC کی طاقت اور تولید میں فرق نہیں آیا اس لیے

PCV یعنی Polymar Cell (کثیر نواۃ) نارمل رہا۔

☆ چونکہ خون کے رقیق مادوں میں Potassium کی موجودگی متاثر نہیں ہوتی اس لیے جسمانی طاقت برقرار رہی۔

چونکہ نمک خوردنی (Sodium Chloride) کی پیداوار میں کوئی کمی نہیں ہوئی۔ اس لیے صحت پر کوئی اثر نہیں پڑا۔

روزہ اور نظام انہضام

(The Fast and Digestive System)

ماہرین فن نے جب روزہ کی سائنسی افادیت کا بغور مطالعہ کیا تو ہر صاحب علم نے اپنے اپنے شعبے میں روزہ کو میڈیکل سائنس کی کسوٹی پر جانچا اور مشاہدات کیے اس حوالہ سے پروفیسر ڈاکٹر سی ایم حبیب اللہ' ماہر امراض معدہ و امعاء (Gastro Enterologist) نے ''نظام ہضم پر روزہ کے اثرات'' پر ایک تحقیقی مقالہ میں لکھا کہ روزہ میں بہت سے حیاتیاتی کیمیاوی تغیرات Biochemical Changes واقع ہوتے ہیں اور اس کے ہر بایو کیمیکل پہلو پر تحقیق جاری ہے۔ اس تحقیقی سفر میں ہم اس نتیجہ پر پہنچے ہیں کہ یہ ایک حیاتیاتی عمل Physiological Process ہے اور اس میں جو تبدیلیاں واقع ہوتی ہیں وہ فطری قوانین کے مطابق ہیں۔ اس موضوع کو آسان اور قارئین کو سمجھانے کی غرض سے اس مضمون (مقالہ) کو تین حصوں میں منقسم کیا جا رہا ہے۔

A- روزہ کا اثر جسم کے پانی اور اہم عناصر (Elements) پر مثلاً

سوڈیم	Sodium
پوٹاشیم	Potaciam
کلورائیڈز	Chlorides
کاربونیٹس	Carbonates

B- روزہ کے اثرات غذائی اجزاء پر

نشاستہ	Carbonates
لحمیات	Proteins
شحمیات	Fats
قوت استحالہ	Metabolism Energy

C- روزہ کے اثرات ہاضم رطوبت پر

Effects of the Fast on Digestive Juices

روزہ اور جسمانی رطوبات

عام حالات میں جسم میں پانی کی مقدار یکساں اور مناسب رہتی ہے۔ جسمانی طور پر موٹے خواتین وحضرات کے جسم میں قدرے زیادہ رطوبات ہوتی ہیں۔ اوسطاً مرد کے جسم میں پانی کی مقدار 55 سے 59 فیصد ہوتی ہے اور عورتوں میں 47 سے 57 فیصد رہتی ہے۔ جبکہ سن رسیدہ لوگوں کے جسم میں کم اور کم عمر بچوں میں نسبتاً زیادہ رطوبات پائی جاتی ہیں۔ جسم کی یہ مائیت نصف سے زیادہ خلیات (Cells) میں رہتی ہے جو درونِ خلیات (Intra Cellular) اور باقی خون اور اس کے Juice کی صورت میں بیرون خلیات (Extra Cellular) پائے جاتے ہیں۔ روزہ کی حالت میں (Extra Cellular) رطوبات میں کمی واقع ہوتی ہے۔ یہ کمی عمر، کام اور موسم کی رطوبات پر مبنی ہوا کرتی ہیں۔ مثلاً کم عمر بچوں میں دھوپ میں ورزش وغیرہ اگر زیادہ کریں تو اس کی کمی ان میں بہت جلد ہو جاتی ہے۔ سن رسیدہ افراد میں نوجوان مردوں کی نسبت پانی کی کمی کے اثرات جلدی نمایاں ہوتے ہیں۔ آبی قلت کے احساس سے جسم میں کئی قدرتی نظام متحرک ہو جاتے ہیں اور پانی کو جسم سے خارج ہونے سے روکتے ہیں۔ اس طرح پیشاب اور پسینے میں بتدریج کمی واقع ہونے لگتی ہے۔ اس نظام کو متحرک کرنے کے لیے کئی ہارمونز (Hormones) معاون ہوتے ہیں جن میں کلاہ گردہ (Noradrinalin) بیرون قشری یعنی Antidiuretic Aldosterone diuretic A.D.H شامل ہیں۔

ان ہارمونز کے دوسرے اثرات ان طریقہ کار کے متحرک ہو جانے سے واضح طور پر نمایاں ہوتے ہیں۔ جیسا کہ جسم کے درجہ حرارت (Temprature) میں اضافہ زیادہ گرمی کا احساس اور پسینے کی کمی وغیرہ۔

جسم میں آبی قلت کے ساتھ ساتھ عناصر (Element) بھی جسم میں کم ہونے لگتے ہیں۔ چونکہ یہ بھی فعلیات جسم کے لیے ضروری ہیں۔ انہیں بھی اخراج سے روکا جا سکتا ہے۔

''روزہ لگنے'' کی صورت میں پانی اور عناصر کی کمی سے حسب ذیل تغیرات رونما ہوتے ہیں۔

پانی کی کمی

شدت پیاس، منہ کی رطوبات خشک، زبان خشک اور سخت، جلد خشک، آنکھیں دھنسی ہوئیں، پیشاب کی کمی۔

سوڈیم کی کمی

خشکی کا احساس، کھڑے ہونے یا چلنے سے چکر آنا

پوٹاشیم کی کمی

اٹھتے بیٹھتے وقت شدید نقاہت کا احساس، ہاتھ پاؤں میں چیونٹیوں کے چلنے کا احساس اور پیٹ کا پھولنا۔

کیلشیم کی کمی

Metabolic Acidosis کا ہونا یعنی اس کیفیت میں سانس پھول جاتی ہے۔ کبھی کبھی سانس سے خفیف قسم کی بو (Ketosis) کا احساس اور شدید بے چینی و اضطراب وغیرہ۔

روزہ اور عمل استحالہ

سحری کرنے کے چار گھنٹہ بعد تک خون جسم میں گلوکوز کی سطح معمول پر رہتی ہے۔ تحلیل غذا کے پہلے مرحلے کو Fasting Cycle Feeding کہا جاتا ہے۔ اس وقفہ میں گلوکوز، ٹرائی گلیسرائیڈز اور امائینو ایسڈز کا مسلسل شاخ در شاخ ہو کر جز و بدن ہونے کے لیے غذا کے ہضم ہونے میں آنتوں کے ذریعے کثیر مقدار خون میں جذب ہو جاتے ہیں یا جو زیادہ ہوتے ہیں وہ گلائیکوجن کی صورت میں جگر اور گوشت میں جمع ہو جاتے ہیں۔ اس طرح B.C.A.A منقسم اور منہضم امائینو ایسڈ گوشت اور گلیسرائز Triglycaroies چربی میں جم جاتے ہیں اور وقفہ میں Insoline، Glucose کی سطح کو قابو میں رکھتا ہے۔

غذا کے 5 گھنٹوں سے 18 گھنٹوں بعد تک حتیٰ کہ کھانا کھا نہیں لیا جاتا۔ استحالہ غذا Metabolism کی اس مدت معینہ کو Absorptive Phase اور انجذابی مدت کو Katobolic Phase کہا جاتا ہے۔

اس دورانیہ کی ابتدا میں گلوکوز اور ٹرائی گلیسرائیڈز کی سطح خون میں کم ہونے لگتی ہے۔ Free fatty Acids اور Ketone Bodies جو کہ خون میں عام حالات میں نہیں پائے جاتے اب نظر آنے لگتے ہیں۔

گلوکوز کی اس گرتی ہوئی سطح کو معمول پر رکھنے کے لیے گلائیکوجن کام آتی ہے، جو جگر اور گوشت کے گائیکوجن کو توڑ کر گلوکوز کے علاوہ جسم کے آزاد چربی ترشوں Free fatty Acids کو نکال کر خون میں شامل کر دیتے ہیں اور ان کو اس طرح بہم پہنچا کر جسم کے کیمیائی تغیرات و تعاملات کا یہ سلسلہ اٹوٹ رکھا جاتا ہے۔

افطار کے ساتھ ہی اتلاف غذا (Catabolic Phase) کی کیفیت رفع ہو جاتی ہے اور Anabolic phase شروع ہو جاتی ہے۔

مذکورہ بالا وضاحت سے یہ ثابت ہوا کہ روزہ سے جسم کے کسی حصہ کو کوئی نقصان نہیں پہنچتا بلکہ جسم کا نظام ایک توانائی بخش طریقہ (Energy System) دوسری انرجی سسٹم میں منتقل ہو جاتا ہے اور پہلے سسٹم کو آرام میسر ہوتا ہے۔ جو سائنسی اصولوں کے عین

مطابق ہے جس سے روزہ دار نظام ہضم کی کئی خرابیوں سے نجات حاصل کر لیتا ہے۔

روزہ اور رطوبات ہضم

بحالت روزہ جسم میں پانی کی کمی کے احساس کے ساتھ ہی ہاضم رطوبات (Digestive Juices) میں بھی کمی واقع ہونے لگتی ہے اور روزہ کے آخری مراحل پر Juices بہت کم تیار ہوتے ہیں یا یوں کہنا بے جا نہ ہوگا کہ روزہ کی حالت میں ہاضم رطوبات پیدا کرنے والے غدودوں کو خاصا آرام و استراحت مل جاتا ہے جو آگے چل کر ان کی کارکردگی میں اضافہ کا باعث بن جاتا ہے۔

افطار کے ساتھ ہی غذا کے ہضم ہونے کے عمل میں کسی قسم کا کوئی فتور نہیں آتا۔

روزہ کے انفرادی اثرات

انفرادی (Individually) روزہ کے اثرات ہر شخص پر مختلف ہوتے ہیں۔ اس عمر، غذا اور کام کی نوعیت یعنی پیشوں سے تعلق رکھتا ہے۔ مثلاً ایک شخص ایئر کنڈیشنڈ آفس میں بیٹھا رہتا ہے جبکہ دوسرا شخص سر پر بوجھ اٹھائے دھوپ اور گرمی میں سخت کام (مشقت) کر رہا ہو تو دونوں کے کام کی نوعیت (Nature of job) کے اعتبار سے پانی نمکیات وغیرہ کی کمی اور نقاہت وغیرہ کی کیفیت میں اختلاف ہوگا۔

عمر رسیدہ اشخاص (ساٹھ سال سے زائد عمر کے لوگ) جن کے جسم میں پہلے ہی سے پانی کی قلت ہوتی ہے۔ ایسے اشخاص میں پانی کی کمی جلد ہوگی اور وہ جلد متاثر ہوں گے۔

کھانے کے طور طریقے

جو لوگ دن میں ایک بار کھانا کھانے کے عادی ہوں ان میں روزہ کے اتلاف غذا Catabolic phase کی حالت واقع نہیں ہو سکتی اور جو لوگ دن میں دو مرتبہ کھانا کھانے کے عادی ہیں ان کو روزہ اوسطاً لگتا ہے اور جو لوگ تین بار یا اس سے بھی زیادہ بار کھانے کے عادی ہوں ان پر روزہ کا سب سے زیادہ اثر محسوس ہونے لگتا ہے۔

روزہ عمل استحالہ اور کیمیائی توانائی

☆ روزہ ہمارے جسم کے لیے کیمیائی توانائی Bio-Chemical Metabolic Exercise کہتے ہیں اور جو غذا کو ہضم کرنے اور پھر اسے جزو بدن بننے میں عام طور پر بہت کم صرف ہوتی ہے اور بطور محفوظ توانائی جسم میں ہمیشہ موجود رہتی ہے جس کی وجہ سے روزمرہ نظام ہضم اور استحالہ کو آرام مل جاتا ہے۔

☆ روزہ رکھنے سے جسم کے قدرتی نظام استحالہ کی صلاحیت عمل میں اضافہ ہو جاتا ہے۔

☆ روزہ جسم انسانی کے کسی بھی حصہ کو نقصان، کمزوری یا کسی بیماری کا باعث نہیں بنتا۔

روزہ اور ہارمونز

شعبہ معالجات تجربہ گاہ منافع الاعضاء جامعہ کیمبرج (انگلستان)

☆ Department of Medicine, Physiological Laboratory University of Cambridge.

رائل پوسٹ گریجویٹ میڈیکل سکول لندن

☆ Royal Postgraduate Medical School London.

تجربہ گاہ جنیات منافع الاعضاء نوفیلڈ ادارہ تحقیقات طب آکسفورڈ

☆ Laboratory of Departmental Physiology the Nuffield Institute of Medical Research Oxford.

مذکورہ بالا اداروں کے دس سائنس دانوں نے مختلف عمروں کے سترہ افراد جن میں سات مرد اور دس خواتین تھیں انہیں مسلسل 72 گھنٹے بھوکا رکھ کر ان کے خون میں مختلف ہارمونز (Harmones) کی مقدار کا تجزیہ Radio Immune Assay کے ذریعے کیا گیا اور ان سے ملنے والے نتائج کو B.M.Computer کے ایک مخصوص پروگرام ''Statical Program'' کے ذریعے عمیق مطالعاتی جائزہ لیا گیا اور ان نتائج کو (1989ء میں) Endocrinology Jurnal میں شائع کیا گیا۔ جس میں بتایا گیا کہ روزہ کی حالت میں خون میں حسب ذیل ہارمونز کی مقدار میں اضافہ ہو جاتا ہے یعنی۔

☆ Cortisol Adrendcorticortrs Harmone (A.c.T.H) B Endorphine

☆ B- Liportophine Harmone,

☆ Adrinaline Noradrenaline

کی مقدار زیادہ ہوتی ہے۔

☆ Cortisol کی مقدار mal 64-8n سے بڑھ کر 100n mal ہو جاتی ہے۔

☆ ACth کی مقدار ۶ گنا بڑھ جاتی ہے۔

☆ B Endorphine کی مقدار 10 گنا بڑھ جاتی ہے۔

☆ B Lipotrophine بھی ۶ گنا بڑھ جاتی ہے۔

☆ Glucose اور Insuline کا تناسب 2 سے بڑھ کر 7 ہو جاتا ہے۔ جبکہ گلوکوز کی سطح 5n mal/1 ہی خون میں رہتی ہے۔

ماہرین کے تجربات نے یہ بھی ثابت کیا ہے کہ Releasing Harmone کی Gonodotrophin Receptor کی مقدار کم ہو جاتی ہے۔ L.H یعنی Luteinizing Harmone اور F.S.H یعنی

Folicate Stimulating Harmone کی مقدار کم ہو جاتی ہے۔

مذکورہ ہارمونز کی مقدار متناسبہ سے زیادہ یا کم ہو جانے سے انسان کے Mood ' Behavior اور ذہنی صلاحیتوں پر غیر معمولی اثر پڑتا ہے۔ جس طرح Cortisol کے بڑھ جانے سے Gluconeogenesis شروع ہو جاتا ہے جس سے جمع شدہ Glycogen اور وہ Glycerol جو چربی کے گلنے سے حاصل ہوتا ہے۔ Glucose میں تبدیل ہو جاتا ہے۔ دوسرا اہم کام یہ ہے کہ Cortisol گلوکوز کو Adipose Tissue اور Muscle Tissues میں جانے سے روک دیتا ہے۔ تا کہ گلوکوز دماغ تک پہنچے۔ کیونکہ اسے اس کی سخت ضرورت ہوتی ہے۔ یعنی دماغ کو ایک دن میں تقریباً 120 گرام گلوکوز کی ضرورت ہوتی ہے۔ گلوکوز کے رک جانے سے Adipose Tissue اپنی چربی کو گلانا شروع کر دیتا ہے۔ Cortisol کا سب سے اہم کام یہ ہے کہ جسم کی قوت مدافعت (Immunity) کو بڑھاتا اور اورام (Inflamation) کو کم کرتا ہے۔

☆ B-Endorphine کے بڑھ جانے سے انسان کو درد کا احساس نہیں ہوتا۔

☆ Adrinalin کے بڑھ جانے سے جگر کا گلائیکوجن اور Adipose Tissues کی چربی کے تحلیل ہونے کا عمل شروع ہو جاتا ہے۔ آنتوں کی طرف جانے والی عروق شعریہ (Capillaries) سکڑ جاتی ہیں۔ جبکہ دل اور دماغ کو جانے والی عروق شعریہ پھیل جاتی ہیں جس سے دل و دماغ کو خون کی مقدار زیادہ ملتی ہے جسے Fight Harmone کہتے ہیں۔ اس کا اہم کردار یہ ہے کہ Phagocytosis کا عمل جس سے جسم کے اندر داخل ہونے والے اجسام غریبہ (Foreign Bodies) ختم ہو جاتے ہیں اور

Glycogen کو Metabolism سے Leukocytes میں اضافہ کرتا ہے۔

توانائی Energy

حصول توانائی کے لیے جسم کو غذا کی ضرورت ہوتی ہے۔ وہ غذا جو ہم کھاتے ہیں اس میں سے شکر اور نشاستہ (Carbohydrates) کے صرف ہونے سے توانائی یا حرارت حاصل ہوتی ہے۔ زائد شکر یا نشاستہ شحمیات (Fats) میں جذب اور گلائیکوجن (Glycogen) کی صورت میں جگر میں جمع ہو جاتے ہیں۔

انسولین (Insoline) جو بانقراس (Pancreas) کی رطوبت وغیرہ ہوتی ہے جو خون میں پائی جانے والی شکر کو کم کرتی ہے اور اس کو دوسری حالتوں میں یعنی گلائیکوجن تبدیل کرتی ہے۔ انسولین کے عامل ہونے کے لیے اس کا کسی مخصوص حصہ سے Binding Site ملنا ضروری ہے جو جسیم وشحیم (Obese) افراد میں ایسی پروٹین کی کمی (Lack of Recepter) پائی جاتی ہے جو انسولین کو جوڑ کر اس کو کار آمد بنا سکے۔ اسی لیے ایسے لوگوں میں گلوکوز کی گنجائش نہیں ہوتی اور یہی سبب ذیابیطس شکری (Diabetes Mellitus) کا ہوتا ہے۔

جب کوئی روزہ رکھتا ہے تو غذا کی قلت کی بنا پر اس کے خون میں بڑھی ہوئی شکر اور انسولین کی مقدار میں کمی ہو جاتی ہے۔ جگر میں محفوظ شکر گلوکوز میں تبدیل ہو جاتی ہے جو جسم کی حرارت و توانائی کی ضروریات کو پورا کرتی ہے اور اسی طرح چربی کو بھی چربی زدہ بافتوں سے تحلیل کر کے جسم کی توانائی کی ضروریات پوری ہوتی رہتی ہیں۔ اسی انسانی طبعی وصف (Human Physiology) کی بنیاد پر نیم فاقہ زدگی والی غذائیں تدابیر (Semi Strauation Diets) اختیار کی جاتی ہیں تا کہ جسمانی وزن کو موثر طریقہ سے حد اعتدال میں لایا جا سکے۔

ایسی غذائیں جن میں ایک مقدار معینہ لحمیات ہوں جس کو منقسم کرتے ہوئے کافی مقدار میں پانی اور کثیر مقدار میں حیاتین کا استعمال ہو موثر انداز میں جسمانی وزن اور خون

میں شکر کی مقدار کم کرتا ہے لیکن اس عمل سے چند ذیلی اثرات بھی جسم پر موثر ہو سکتے ہیں۔ اس لیے ایسی غذا کا استعمال طبیب کی زیر نگرانی میں ہونا چاہیے۔

حالت روزہ میں نقاہت

روزہ کے آخر میں بحالت روزہ دن بھر گزار لینے کے بعد افطاری سے قبل عموماً عصر کے وقت خفیف سی جسمانی نقاہت (General weekness) کا احساس ہوتا ہے۔ جس کے حسب ذیل اسباب ہوتے ہیں۔

☆ روزہ دار کے خون میں پوٹاشیم کی پیداوار میں اضافہ ہو جاتا ہے اور پوٹاشیم کی زیادتی پژمردگی، کمزوری اور سستی کا موجب بنتی ہے۔

☆ بنیادی استحالوی شرح یا بی ایم آر Basic Metabolic Rate کی عمومی شرح 30 to 40 SGM فی گھنٹہ قوت تغیر ہوا کرتی ہے۔ روزہ کی حالت میں چونکہ انسان کی تغذیہ (Under Nutrition) کی کیفیت میں ہوتا ہے۔ اس لیے قدرے عارضی نقاہت کا احساس ہوتا ہے جو افطاری کے بعد خود بخود بحال ہو جاتی ہے۔

☆ خون میں شکر کی سطح (Blood Sugar Level) کے تناسب میں قدرے کمی کی وجہ سے تھکن اور کمزوری محسوس ہوتی ہے۔ یعنی ماہ صیام میں روزہ کی حالت میں جو نقاہت ہوتی ہے اس کا سبب خون کے خلیات کی توڑ پھوڑ یا شکستگی نہیں بلکہ اس کا اصل سبب پوٹاشیم کی زیادتی اور خون میں شکر کی سطح نارمل سے قدرے کم ہو جانا ہے۔ کھجور سے افطاری کرنے سے فوری ازالہ نقاہت ہونے کا یہی سبب ہے کہ کھجور میں موجود کیمیائی اجزاء خون کے اجزاء میں

توازن پیدا کر دیتے ہیں۔

خوراک میں مٹھاس کم ہو تو یہ مقدار کم رہتی ہے اور اگر انتہائی کم ہو جائے تو یہ صورت حال (Hypoglycaemia) کہلاتی ہے جس میں ٹھنڈے پسینے آتے اور دل ڈوبنے لگتا ہے۔

بوجوہ روزہ نہ رکھنے کی تلقین کب؟

ہم ان امراض یا مریض کی جسمانی کیفیات کا مشاہدہ اور جائزہ لیں گے جن میں کوئی بھی مسلمان معالج مریض کو روزہ رکھنے سے منع کرتا ہے۔ اس کے طبی پہلوؤں سے قبل ہم اسلامی تناظر میں جائزہ لیں گے کہ کہ اسلام کا نقطہ نظر کیا ہے یعنی قرآنی توضیح کیا ہے؟ رب رحیم نے مسافر، مریض، ضعیف، نابالغ مجاہد (حالت جنگ میں) مجنون، حائضہ عورت، حاملہ اور مرضعہ (دودھ پلانے والی عورت)

فقہا نے اس ضمن میں تین نکات بیان فرمائے ہیں۔

☆گمان غالب ☆ذاتی تجربہ ☆معالج کی رائے

گمان غالب

جب طبیب کے خیال کے مطابق مرض یا علامات مرض میں اضافہ یقینی ہو اور مرض کے بڑھ جانے اور شدت اختیار کر جانے کا احتمال ہو یا زندگی مخدوش ہو۔

ذاتی تجربہ

یہاں مریض کا ذاتی تجربہ بھی نظر انداز نہیں کیا جا سکتا۔ یعنی اگر مریض کو اس سے قبل روزہ رکھنے کی وجہ سے کسی Complication کا ذاتی تجربہ ہو چکا ہو۔

معالج کی رائے

یہاں مسلمان اور دینی مطالعہ رکھنے والے طبیب (ڈاکٹر/حکیم) کی ذاتی رائے فقہی لحاظ سے بہت اہمیت کی حامل ہے۔ یعنی طبیب مرض کے عمیق مطالعہ کے بعد فیصلہ کرے کہ

کیا فی الواقع روزہ نہ رکھنے میں مریض کی عافیت ہے۔ یعنی معالج جو فیصلہ صادر کرے اسے فقہی حیثیت حاصل ہوگی۔

رعایت روزہ

- ☆ ایسی متعدی بیماریاں (Infectious Diseases) جن میں دن بھر میں کئی بار دوا یا انجکشن کی ضرورت پیش آئے۔
- ☆ ایسی کیفیات جن میں مریض کو زیادہ پانی پلانا ضروری ہو اور پانی کی کمی سے (گردے وغیرہ) کسی قسم کی پیچیدگی پیدا ہو سکتی ہو۔
- ☆ ایسی کیفیات جن میں مریض کو زیادہ پانی پلانا ضروری ہو اور پانی کی کمی سے (گردے وغیرہ) کسی قسم کی پیچیدگی پیدا ہو سکتی ہو۔
- ☆ ایسے مریض جن کی قوت برداشت کم ہوگئی ہو۔
- ☆ ایسے امراض جن میں قوت برداشت (Immunity) کم ہوگئی ہو۔
- ☆ ایسے امراض جن میں مریض کے جسم سے خون کا ضیاع ہو رہا ہو۔
- ☆ حادثات (Emergencies) کی صورت میں کسی فتویٰ لینے کی قطعی ضرورت نہیں ہوتی۔ بلکہ ایک انسانی زندگی کو بچانے کی غرض سے اسے انجکشن وغیرہ دیے جاسکتے ہیں۔
- ☆ سانپ ڈس جانے کی صورت میں فوری Treatment کی غرض سے (بلا کسی فقہی تحقیق کے) انجکشن وغیرہ یا بذریعہ دہن دوا فی الفور دی جاسکتی ہے۔

Snake Bite کی صورت میں مریض کو روزہ اسی وقت افطار کر دینا چاہیے کیونکہ ایسی کسی بھی صورت میں (شرعی عذر) کی بنیاد پر روزہ چھوڑ دینے یا صحت وسلامتی کے لیے معالج کی ہدایت پر (غروب آفتاب سے قبل) روزہ افطار کیا جاسکتا ہے۔

افطار

کھجور سے افطار کرنا

حضرت سلمان بن عامرؓ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ جب تم میں سے کسی کا روزہ ہو تو وہ کھجور سے افطار کرے۔ اگر کھجور نہ پائے تو پھر پانی ہی سے افطار کرے اس لیے کہ پانی کو اللہ تعالیٰ نے طہور بنایا ہے۔ (معارف الحدیث بحوالہ مسند احمد، سنن ابی داؤد، جامع ترمذی، سنن ابن ماجہ)

حضرت مولانا اشرف علی تھانوی رحمۃ اللہ علیہ لکھتے ہیں کہ کھجور سے یا پانی سے افطار کریں یا پھر کسی بھی میٹھی چیز سے افطار کریں۔

اب قابل غور نکتہ یہ ہے کہ کھجور بھی مٹھاس کی حامل ہے اور اس کی عدم دستیابی کی صورت میں میٹھی چیز سے ہی کیوں افطاری؟ آئیے اس نکتہ پر سائنسی تناظر سے غور کریں۔

جب بھوک بیدار ہوتی ہے اور کھانے کی خواہش سے ہی منہ اور معدے میں مخصوص قسم کی رطوبات (Hunger Juice) مترشح ہوتے ہیں۔ اگر کھانے کے اوقات کا ایک وقت متعین کر دیا جائے اور ٹھیک اس وقت پر الارم دیا جائے جیسا کہ افطاری کے وقت الارم ہوتا ہے خواہ وہ سائرن ہو اذان پڑھی جائے یا پھر پٹاخہ چھوڑ دیا جائے۔ ان میں سے کسی بھی صورت میں سگنل ملتے ہی منہ میں Hunger juice کا ترشح شروع ہو جاتا ہے جسے Conditioned Reflex کا نام دیا گیا ہے۔

معدہ میں زیادہ تر Hydrochoric Acid+ Pepsin پائے جاتے ہیں۔ معدہ کا اصل فعل یہ ہے کہ خوردہ غذا کو عبوری عرصہ کے لیے روکے رکھنا یا ذخیرہ کرنا ہے۔ ہضم کا پورا عمل چھوٹی آنت میں ہوتا ہے۔ معدہ غذا کو روک کر تھوڑی تھوڑی مقدار میں آنتوں میں قسطوں میں بھیجتا رہتا ہے۔ اس انتظار کے دوران Hydrochloric

Acid نشاستہ والی غذاؤں کو Glucose میں تبدیل کر دیتا ہے یا کچھ حصہ Peptones میں تبدیل ہو جاتا ہے۔

کھجور سے افطاری کرنے میں فلسفہ یہ ہے کہ افطاری کے الارم کے ساتھ ہی منہ میں رطوبات (لعاب دہن) جمع ہو جاتی ہیں۔ جب ہم کھجور سے افطاری کرتے ہیں تو چبانے کے دوران لعاب دہن میں موجود ایک جوہر Ptyalin کھجور میں موجود چند اجزاء کو Glucose میں تبدیل کر دیتا ہے جس سے فوراً توانائی کی بحالی شروع ہو جاتی ہے جو جسم میں توانائی اور حرارت (Instant Energy) فراہم کرتا ہے۔ روز مرہ کی ضروریات کے لیے خون میں گلوکوز کی ایک مقررہ مقدار گردش کرتی رہتی ہے۔ فاقہ یا روزہ کے دوران خون میں 80 ملی گرام سے 120 ملی گرام گلوکوز ہمہ وقت موجود رہتا ہے۔ جبکہ کھانا کھانے کے بعد یہ مقدار 120 ملی گرام سے 180 ملی گرام خون کے 100 ملی لٹر میں پائی جاتی ہے۔

خوراک میں مٹھاس کم ہو تو یہ مقدار کم رہتی ہے۔ اگر بہت کم ہو جائے تو یہ صورت حال Hypoglycaemia کہلاتی ہے۔ جس میں ٹھنڈے پسینے آتے اور دل ڈوبنے لگتا ہے۔

کھجور کی کیمیائی ماہیت

درخت کے ساتھ پھل لگنے اور پھر اس پھل کے پکنے کے درمیانہ وقت میں پھل میں کیمیائی تبدیلیاں آتی رہتی ہیں۔ ان کیمیائی تبدیلیوں میں سے ایک تبدیلی یہ بھی ہے کہ جب کھجور زردی سے پکنے پر آتی ہے تو اس میں خشک مادہ کی شرح بڑھ جاتی ہے اور اس کی مائیت یعنی پانی کی مقدار کم ہونے لگتی ہے اور مٹھاس کی مقدار Inver Suger 22 فیصد سے بڑھ کر 47 فیصد ہو جاتی ہے۔

کھجور کی طبی افادیت

کھجور کا تذکرہ اللہ رب العزت نے قران حکیم میں اٹھائیس (28) مقامات پر مختلف حوالوں سے فرمایا۔ اسی ہی طرح کتب حدیث میں مختلف اوقات میں مختلف حوالوں سے

ہوا۔ صحیح بخاری میں دو سو چودہ احادیث اور صحیح مسلم میں ایک سو سے زائد احادیث میں کھجور کی افادیت، غذائی اہمیت اور طبی منفعت واضح کی گئی۔

آیئے یہ دیکھیں کہ جدید سائنس نے کھجور میں کیا کیا اجزاء پائے۔

اجزائے ترکیبی

بہترین کھجور یعنی ایسی کھجور جو درخت پر پک کر تیار ہوئی۔ اس کا تجزیہ کرنے کے بعد حسب ذیل اجزاء کی توضیح ہوئی۔

Calories	270	Chlorides	290
Copper	0.21	Calcium	67.09
Magnasium	58.9	Iron	1.61
Pottasiam	0.54	Protine	3-0
Sodium	0.54	Phosphorus	63-8
		Sulphur	51.6

ان اجزاء کے علاوہ کھجور میں درج ذیل اجزاء بھی پائے جاتے ہیں۔

Cellulose	Starch	Sucrose	Invert Sugar
Vitamin	Fats	Tennin	Pectine
Vitamin C	Vitamin B	Vitamin A	Fats

اور ایک جوہر موثرہ Peroxides موجود ہوتے ہیں۔

ڈاکٹر خالد غزنوی لکھتے ہیں کہ کھجور میں شکر کی دو واضح اقسام پائی جاتی ہیں۔ ایک وہ قسم ہے جس میں خاص شکر پائی جاتی ہے۔ دوسری قسم میں اس کے ساتھ ایک کیمیائی جوہر Invertas پایا جاتا ہے۔ یہ وہ جوہر ہے جو کھانڈ والی شکر (گنے سے بنی ہوئی چینی کی مٹھاس) کو ایک ایسی مٹھاس میں Convert کرنے کی صلاحیت رکھتا ہے جسے جسم آسانی سے قبول کر لیتا ہے اور وہ ذیابیطس کے مریضوں کے لیے نقصان دہ نہیں ہوتی۔ Fructose کھانڈ کو اس مٹھاس میں تبدیل کرنے والا یہ جوہر شہد میں بھی موجود ہوتا ہے۔

مدینہ منورہ کی عجوہ اور برنی کھجوریں ان اقسام میں سے ہیں جن میں یہ جوہر پایا جاتا ہے اس لیے پوری پک جانے کے بعد مضر مٹھاس باقی نہیں رہتی۔

امریکہ میں Vincon نے ایرانا یونیورسٹی کے لیے کھجور پہ تحقیقی مشاہدات کیے جن سے یہ خلاصہ اخذ کیا گیا کہ کھجور میں صحیح مٹھاس اس وقت پیدا ہوتی ہے۔ جب اس کے پکنے کا مرحلہ درخت کے اوپر ہی گزرے۔ اگر کچی کھجوروں کو اتار کر مصنوعی طریقہ سے تیار کی جائے تو کھجور کی مٹھاس نامکمل رہے گی۔ پھر ایسی کھجوروں کا تجزیہ کیا گیا تو اس میں مٹھاس 48 فیصد پائی گئی جس میں

فریکٹوس 24 فیصد گلوکوز 24 فیصد برآمد ہوئے۔

Properties & Uses

Fruit- Demulcent, expectorant, aphrodisiac. Useful in asthma, chest diseases, Cough, fever, gannorrhoea etc.

Its gum used for diarrhoea. It is sweet natrative & Laxative.

Chemical Composition

Vitamin A.B.C. sugars in fruit oxalic acid from seed (stones). (Nabatat-E-Quran)

☆ حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا برنی کھجور ایک عمدہ دوا ہے۔

(احادیث میں مذکور نباتات و پھل)

☆ حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا تمہاری کھجوروں میں سے سب سے اچھی کھجور برنی ہے۔ یہ بیماری کو دور کرتی ہے اور اس میں خود کوئی مضر چیز

نہیں۔ (طب نبوی اور جدید سائنس بحوالہ مسند طیالسی)

عربوں میں ایک پرانی کہاوت تھی کہ سال میں جتنے دن ہوتے ہیں اتنے ہی کھجور کے استعمال اور فوائد۔

کھجور کی تاریخی اور سماجی اہمیت کے ساتھ ساتھ اس کی غذائی اور طبی خصوصیات کی روشنی میں اسے اگر ایک نباتاتی نعمت کہا جائے تو نہایت مناسب ہوگا۔ اسی نعمت کی طرف قرآنی ارشادات میں کئی مقامات پر اشارہ کیا گیا ہے۔ ان لوگوں کے لیے جو عقل اور فہم رکھتے ہیں۔ کھجور میں بے شمار طبی فوائد ہیں۔ مثلاً بلغم اور سردی کے اثر سے پیدا ہونے والی بیماریوں میں نافع ہے۔ ضعف دماغ رفع کرتی ہے اور نسیان کو درست کرتی ہے۔ قلب کو تقویت اور فرحت بخشتی اور بدن میں خون کی کمی (Anemia) کو دور کرتی ہے۔ گردوں کو قوت دیتی، امراض تنفس (Respratory Diseases) میں بالعموم اور دمہ شعبی (Bronchal Asthma) مفید و موثر ہے۔

حاملہ خواتین کی نقاہت (Anemia during Pregnancy) رفع کرنے کے لیے فائدہ مند ٹانک ہے۔

کھجور سے افطاری کے طبی فوائد

کیمیائی تجزیات نے یہ ثابت کیا کہ کھجور حیاتین، معدنی اجزاء، پروٹینز اور مٹھاس سے بھرپور ایک مکمل غذا ہے۔

جب ہم کھجور سے افطاری کرتے ہیں تو اس کی مٹھاس منہ کی لعاب دار جھلی (Mucous Membrane) میں فوری جذب ہو کر گلوکوز میں Convert ہو جاتی ہے جس سے جسم میں حرارت اور فوری توانائی (Instent Energy) بحال ہو جاتی ہے۔ اس کے برعکس اگر کسی بھی دوسری شے مثلاً پکوڑے سموسے یا اسی نوع کی دیگر Spicy اور چٹخارے دار اغذیہ استعمال کی جائیں تو اس سے معدے میں حدت اور HCL بڑھ جاتا ہے۔ کثرت تیزابیت (Hyper acidity) کے باعث سینے کی جلن (Heart Burning) اور بار بار پیاس لگتی ہے جس سے خامرات ہضم (Digestive Enzymes) تحلیل ہو جاتے ہیں جو معدہ کی دیواروں کو کمزور

کرنے اور تبخیر کا سبب بنتے ہیں۔ جبکہ کھجور سے افطاری کرنے سے نہ تو معدے میں بوجھ ہوتا ہے اور نہ ہی معدے میں Hydrochoric Acid کی زیادتی ہو کر تبخیر کی صورت پیدا ہوتی ہے۔

انسانی معدہ روزہ کے ذریعے جو اثرات حاصل کرتا ہے وہ بے حد فائدہ مند ہوتے ہیں۔ اس کے ذریعے معدہ سے مترشح ہونے والی رطوبت بھی متوازن ہو جاتی ہیں اور کھجور ان فائدوں کو تقویت بخشتی ہے۔

کھجور اور طب نبویؐ

مقوی بدن General Tonic

ڈاکٹر خالد غزنوی لکھتے ہیں کہ قرآن مجید نے تاریخ طب میں پہلی مرتبہ Invalid food کا تصور کھجور کی صورت میں پیش کیا۔

سورۃ مریم کی آیت نمبر 23 تا 25 کی شرح کرتے ہوئے مفسرین نے لکھا کہ جب حضرت عیسیٰ تولد ہونے والے تھے تو اللہ کے حکم سے حضرت مریم کو یروشلم سے کچھ دور بیت لحم کے مضافات میں ایک کھجور کے درخت کے نیچے پہنچا دیا گیا اور حکم ہوا۔

''کھجور کے درخت کو جب تو ہلائے گی تو اس کی شاخوں پر سے تم پر تازہ پکی ہوئی کھجوریں گریں گی۔'' (سورۃ مریم)

لہٰذا وہ اپنے قیام کے دوران تازہ کھجوریں کھاتی رہیں۔ وہیں حضرت عیسیٰ علیہ السلام کی ولادت ہوئی۔

قرآن حکیم نے اس واقعہ کی تفصیل کے ساتھ ساتھ کھجور کی اہمیت اور افادیت کو بھی واضح کیا کہ حضرت مریم کو ان کی ذہنی اور جسمانی تکالیف کے دوران کھجور کا پھل محض اس لیے مہیا کیا گیا کہ کھجور ایک مکمل غذا (Nutritious) ہے۔

حاملہ کے لیے غذائی ٹانک

حضرت مریم علیہ السلام کو جب بستی سے دور بیت لحم کے قریب پہنچا دیا گیا تو وہاں

حضرت مریم صرف کھجوریں ہی کھاتی رہیں جن سے آپ کو اللہ رب العزت نے اتنی ہمت و تقویت عطا فرمائی کہ حمل اور ولادت کی صعوبتیں تنہا برداشت کرنے کے بعد اپنے بیٹے عیسیٰ علیہ السلام کو اٹھا کر (پیدل چل کر) اپنی بستی میں آ گئیں۔ اس واقعہ میں بھی قرآن حکیم نے حضرت عیسیٰ علیہ السلام کے واقعہ کے ساتھ کھجور کی افادیت واضح فرمائی اور کھجور کا استعمال ہی باعث تقویت بنا کر ولادت کے بعد بھی انہیں کسی قسم کا ضعف محسوس نہیں ہوا اور وہ بیت لحم سے یروشلم بچے کو اٹھا کر پیدل پہنچیں۔

ہمارے ہاں معمر خواتین حاملہ خواتین کو کھجور/خرما کھانے سے منع کرتی ہیں۔ محض اس لیے کہ ان (بوڑھی عورتوں) کے خیال کے مطابق کھجور یا خرما مزاجاً گرم ہوتے ہیں اس لیے ان کے استعمال سے اسقاط حمل (Abortion) کا احتمال ہو سکتا ہے۔ حالانکہ ایسا نہیں ہے بلکہ دوران حمل کھجور کھانے سے حاملہ اور جنین دونوں صحت مند ہوں گے۔

امراض قلب کا علاج Myocardial Infarction

حضرت سعد بن ابی وقاص روایت کرتے ہیں کہ میں بیمار ہوا۔ میری عیادت کو رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم تشریف لائے۔ انہوں نے اپنا ہاتھ میرے کندھوں کے درمیان رکھا تو اس ہاتھ کی ٹھنڈک میری ساری چھاتی میں پھیل گئی۔ پھر فرمایا کہ اسے دل کا دورہ پڑا ہے۔ اسے حارث بن کلدہ کے پاس لے جاؤ جو ثقیف میں مطب کرتا ہے۔ حکیم کو چاہیے کہ وہ مدینہ کی سات عجوہ کھجوریں کوٹ کر اسے گٹھلیوں سمیت کھلائے۔

(ابوداؤد، مسند احمد، ابونعیم)

ڈاکٹر خالد غزنوی حدیث مذکورہ بالا کی تصریح کرتے ہوئے لکھتے ہیں کہ سعد بن ابی وقاص کو دل کے دورہ کی وجہ سے چھاتی میں جو شدید درد تھا وہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے لمس سے جاتا رہا اور انہوں نے اس کے ساتھ ایک خصوصی دعا بھی فرمائی جسے احادیث میں اللّٰھُمّ اشف سعداً کی صورت میں ذکر کیا گیا۔ (دل کی بیماریاں اور علاج نبویؐ)

مسمن بدن

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ (رخصتی سے قبل) میری والدہ مجھے

موٹا کرنے کے لیے بہت علاج کرواتی رہیں۔ وہ چاہتی تھیں کہ جب میں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں جاؤں تو موٹی ہوں لیکن ان تمام دواؤں سے کوئی فائدہ نہیں ہوا حتیٰ کہ میں نے تازہ پکی ہوئی کھجوریں اور قثاء (کھیرے) کھائے ان سے میں نہایت خوبصورت جسم والی موٹی ہوگئی۔ (طب نبوی اور جدید سائنس بحوالہ بخاری، مسلم)

طبی لحاظ سے کھجور میں موجود حیاتین (Vitamins) اور معدنی اجزاء (Minrals) مقوی اعصاب ہیں جبکہ کیلشیم اور فاسفورس ہڈیوں کو مضبوط کرتے ہیں۔

فولاد (Iron) مقوی خون (Haematinic) ہے۔

شحمیات (Fats) اور لحمیات (Protines) مسمن بدن ہیں۔ قدرت کاملہ نے جسم انسانی کے لیے ضروری عناصر کو ایک خاص تناسب سے کھجور میں یکجا فرما دیا۔

تریاق سموم

☆ حضرت عبداللہ عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا عجوہ کھجور جنت سے ہے۔ اس میں زہر سے شفاء ہے۔

☆ حضرت عامر بن سعد بن ابی وقاص رضی اللہ عنہما اپنے والد گرامی سے روایت کرتے ہیں کہ میں نے سعد سے یہ کہتے سنا کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم فرمایا کرتے تھے کہ جس نے صبح اٹھتے ہی عجوہ کھجور کے سات دانے کھا لیے اس دن اسے جادو اور زہر بھی نقصان نہ پہنچا سکیں گے۔

(طب نبوی اور جدید سائنس بحوالہ بخاری، مسلم، ابوداؤد)

مذکورہ بالا احادیث کے مطابق کھجور جگر کے لیے تریاق بھی ہے اور زہروں سے تحفظ کا ذریعہ (حفظ ماتقدم) بھی۔ کیمیاوی زہروں یا Food Poisining میں اگر کھجور بطور تریاق سموم استعمال کرائی جائے تو زہر کے اثرات زائل ہو جاتے ہیں کیونکہ خوردنی زہر سب سے پہلے معدہ میں جذب ہوتا ہے۔

فشارالدم (بلڈ پریشر) کا علاج

بہت سے نحیف و معمر روزہ دار خصوصاً خواتین کا نماز عصر اور افطاری کے درمیانہ وقت میں بلڈ پریشر کم (Hypotension) ہو جاتا ہے۔ افطاری کے وقت اگر کھجور کھائی جائے تو عمل تحول (Metabolism) کے دوران فشار خون کی سطح معتدل ہو جاتی ہے۔ یعنی بلڈ پریشر نارمل ہو جاتا ہے۔

اس کے برعکس اگر فشار الدم قوی (Hypertension) ہے تو ایسی صورت میں کھجور کو دودھ میں بھگو کر استعمال کرنے سے بلڈ پریشر حد اعتدال سے تجاوز نہیں کرتا۔

قولنج "Obstructive Colic" کا علاج

آنتوں کی یبوست، سدہ، آنتوں میں بل پڑ جانے یا پھر کسی اور سبب سے اخراج پاخانہ نہ ہو اور آنتوں میں شدید درد اور اضطرابی کیفیت ہو تو ایسی صورت کو قولنج کے نام سے موسوم کرتے ہیں۔

رمضان المبارک میں درد قولنج (Obstructive Colic) کے زیادہ امکانات ہوتے ہیں۔ جو لوگ افطاری میں بیسن کی بنی ہوئی اشیاء (پکوڑے، سموسے) یا پھر تلی ہوئی (Fried) چیزیں زیادہ استعمال کرتے ہیں وہ فوری تحلیل (ہضم) نہیں ہوتیں۔ ایسی اشیاء عموماً قابض اور نفاخ بھی ہوا کرتی ہیں جو آنتوں میں ثقل اور آنتوں کی حالت دودیہ کو سست کر دیتی ہیں۔ جس کے باعث اخراج فضلہ میں دشواری ہوتی ہے۔

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کھجور (رطب) کھانے سے قولنج نہیں ہوتا۔ (احادیث میں مذکور نباتات، پھل و اغذیہ)

طبی اعتبار سے کھجور ورم کو تحلیل، حرکت دودیہ کو تیز کرتی۔ نیز ملین (Laxative) ہے۔

کھجور سے افطاری کرنے والے انشاء اللہ اس کرب ناک تکلیف سے محفوظ رہتے ہیں۔

نوزائدہ کی گھٹی

حضرت اسماء بنت ابوبکر رضی اللہ عنہما فرماتی ہیں مجھے مکہ معظمہ میں عبداللہ بن زبیر پیدا ہونے والا ہو گیا تھا۔ یہ بچہ مجھے قبا میں آ کر پیدا ہوا بچے کو لے کر میں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے پاس گئی اور ان کی گود میں ڈال دیا۔ انہوں نے کھجور منگوائی اسے اپنے منہ میں چبایا پھر اپنا لعاب اور کھجور بچے کے منہ میں ڈال کر اس کے تالو سے لگا دیا۔ پھر بچے کے لیے برکت کی دعا کی۔ یہ پہلا بچہ تھا جو مسلمانوں میں پیدا ہوا۔ (بخاری ومسلم)

کثرت طمث کا علاج

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ میرے نزدیک عورتوں کے کثرت حیض (Menorrhagia) کے لیے کھجور سے بہتر اور مریض کے لیے شہد سے بہتر کوئی دوا نہیں۔ (طب نبوی اور جدید سائنس بحوالہ ابو نعیم)

دافع کرم امعاء

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا صبح نہار منہ کھجوریں کھایا کرو کہ ایسا کرنے سے پیٹ کے کیڑے Intestinal Worms مر جاتے ہیں۔

پانی سے افطاری

سائنسی (طبی) افادیت

احادیث مبارکہ کی روشنی میں افطاری کے لیے جن افضل چیزوں کا ذکر آیا ہے ان میں کھجور (Date) اور پانی (Water) سر فہرست ہیں۔ یقیناً کوئی بھی سنت کسی حکمت سے خالی نہیں۔ پانی سے افطاری کرنے میں کیا کیا حکمتیں ہیں۔ اس کا سائنسی تناظر میں جائزہ لیا جا رہا ہے۔ مگر اس سے قبل کہ سائنسی اور طبی انداز میں پانی کی افادیت واضح کی

جائے۔ میں چاہوں گا کہ پانی کی عمومی اہمیت کو بیان کیا جائے۔

پانی زندگی ہے

قرآن حکیم میں ارشاد ربانی ہے کہ

”کیا نہیں دیکھا ان لوگوں نے جنہوں نے کفر کیا کہ آسمان اور زمین کے منہ بند تھے اور ان دونوں کے دروازے کھولے گئے اور ہم نے ہر زندہ چیز کو پانی سے بنایا۔“ (سورۃ الانبیاء: ۳۰)

اس کرہ ارض پہ جتنے بھی جاندار ہیں ان کی زندگی پانی سے ہے۔ جسم انسانی میں پانی کثیر مقدار میں موجود ہے مگر جسم انسانی سے اپنی اصلی ہیئت میں پانی کہیں سے بھی برآمد نہیں ہوتا۔ بلکہ یہ نامیاتی مرکب کی صورت میں ہوتا ہے۔ جس طرح خون کا بیشتر حصہ پانی پر مشتمل ہوتا ہے لیکن اس کے ساتھ لحمیات خون کے خلیات اور نمکیات ہوتے ہیں۔ اسی طرح لعاب دہن، آنسو اور معدہ کی رطوبات بھی پانی ہی ہوتے ہیں۔ پسینہ اور دیگر خارج ہونے والی چیزوں کے ذریعے پانی کی کثیر مقدار جسم سے نکل جاتی ہے۔ ضرورت اس بات کی رہتی ہے کہ جسم میں پانی کی آمد و رفت کے درمیان ایک باقاعدہ تناسب موجود رہے۔ اگر کسی بیماری، پانی کی کم فراہمی یا عدم دستیابی کے باعث جسم میں پانی کی کمی (Dihydration) ہو جائے تو خون گاڑھا اور پیشاب کا اخراج کم یا مفقود ہو جاتا ہے۔ گردوں میں ورم (Niphritis) وغیرہ کے باعث یوریا (Urea) کریٹانین (Creatanin) جیسے زہریلے اجزاء خون میں شامل ہو کر تمام جسم میں سرایت کر جاتے ہیں جس سے بہت سی پیچیدگیاں پیدا ہو جاتیں اور زندگی خطرے میں پڑ جاتی ہے۔ پانی کی اہمیت کا اندازہ اس امر سے بھی لگایا جا سکتا ہے کہ اللہ تعالیٰ نے مومنین کے لیے جنت میں جن عمدہ چیزوں کے مہیا کرنے کا وعدہ فرمایا ہے ان میں سے ایک پانی بھی ہے۔ ارشاد ہوا کہ

”وہاں پر ایسے پانی کی نہریں ہوں گی جو کبھی خراب نہ ہو گا اور دودھ کی نہریں ہوں گی جن کا ذائقہ کبھی خراب نہ ہو گا۔“ (سورۃ محمد: 15)

علاوہ ازیں قرآن حکیم کی مختلف آیات میں یہ تصریح فرما دی گئی ہے کہ پانی سر چشمہ حیات ہی نہیں بلکہ اصل حیات ہے۔

علامہ ابن کثیر رحمۃ اللہ علیہ نے امام احمد بن حنبل رحمۃ اللہ علیہ کی سند سے بروایت حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے نقل فرمایا ہے کہ

قُلتُ یا رَسُوْل اللّٰہ انبنی عَن کُل شئُ قَال رَسول اللّٰہ صلی اللہ علیہ وسلم کل شئُ خلق مِن مآءٍ

''(دریافت کیا گیا) آپ صلی اللہ علیہ وسلم مجھے ہر چیز کی اصل بتا دیجیے۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ ہر چیز کی اصل پانی ہے۔
یعنی ہر چیز پانی سے پیدا کی گئی ہے۔

یہی مضمون ابن ابی حاتم رحمۃ اللہ علیہ نے بھی اپنی سند سے روایت کیا ہے۔ مولانا عبدالماجد دریا آبادی رحمۃ اللہ علیہ لکھتے ہیں کہ

''جدید ماہرین علم الحیات کی تحقیق ہے کہ ہر جاندار کی ترکیب میں عنصر اصلی Protoplasm کا ہوتا ہے۔ اگر اسی کو مانا جائے تو اس جوہر میں بھی حصہ غالب پانی ہی ہوتا ہے۔ (تفسیر ماجدی جلد دوم)

ایک سائنس دان کی تحقیق ہے کہ ''حیات نے سب سے پہلے پانی ہی میں جنم لیا اور اب بھی زندگی کے لیے سب سے زیادہ ضروری چیز پانی ہی ہے۔ قدرت نے شاید پانی کو اس افراط کے ساتھ اسی لیے پیدا کیا ہے۔

دیکھو! حرارت اور ہوا بھی اسی کو بارش کی شکل میں دنیا کے خشک ترین حصوں تک پہنچانے کے لیے مامور ہے۔ یہ سرچشمہ حیات ابھی اس افراط کے ساتھ قدرت کے خزانوں میں موجود ہے کہ اس کا اندازہ نہیں لگایا جا سکتا۔ سمندر، دریا، چشمے اور بارش وغیرہ سب اس کے ثبوت ہیں۔ (انسائیکلوپیڈیا سائنس)

پانی اور قوت حیات Water & Vitality

ڈاکٹر ہلوک نور باقی لکھتے ہیں کہ زندگی اور قوت یعنی حیات اور قوت حیات میں ایک باریک فرق ہوتا ہے۔ حیات (Life) ایک طرح سے خصوصیاتی ڈھانچہ ہوتا ہے جبکہ قوت حیات (Vitality) کو اس ڈھانچے کا مقرر کردہ کام سرانجام دینا ہوتا ہے۔
حیات کی بنیادی اکائی ایک سالمیہ ہے جسے DNA کہا جاتا ہے۔ جسے جیمس ڈی

واٹس نے 1950ء میں دریافت کیا اور جسمیہ (Organisms) کی صحیح پہچان اور وضاحت کی جبکہ اس سے قبل جسمیہ کی مکمل تعریف و تصریح نہ ہو سکی تھی۔
جدید علم حیاتیات نے یہ ثابت کر دیا کہ پانی کے سالموں کے H+ اور OH- آئن (Ion) رواں برقی پارے کے جوہر کے ذریعے پیدا ہو سکتے ہیں۔ خاص طور پر ATP جو فاسفورس، امائنو ایسڈ اور شکر کا مرکب ہوتا ہے کے آمیزش کے عمل میں پانی H+ آئن ہی استعمال ہوتا ہے۔ تابکاری ہائیڈروجن (Tritium) کے ساتھ تجربات نے یہ ظاہر کیا ہے کہ DNA سالمے ہائیڈروجن آئن جسے حرکت پذیر ہائیڈروجن کہتے ہیں رائبوز، شکر اور امائنو ایسڈ، ایلکلائیڈ کے درمیان ایک مسلسل برقی میدان پیدا کرتا ہے۔ اس طرح وہ بنیاد تیار ہوتی ہے جس پر قوت حیات (Vitality) برقرار رہتی ہے۔

پانی کی سائنسی افادیت

جدید سائنس نے اب یہ جانا ہے کہ پانی کی حرارتی، طبعی، کیمیائی اور لزوجی خصوصیات بالکل وہی ہیں جن کا ہونا زندگی کی وجود پذیری اور تسلسل کے لیے لازمی ہے۔ پانی زندگی کے لیے اس بھرپور اور بے نقص انداز سے وضع کیا گیا ہے کہ بعض معاملات میں فطری قوانین تک اسے یہ صلاحیت عطا کرنے کے لیے معطل کر دیے گئے ہیں۔
جدید سائنس کہتی ہے کہ پانی زندگی کے لیے اس حد تک (بلحاظ لزوجیت/Viscity) موزوں ہے کہ کوئی دوسرا مائع اس کا مقابلہ نہیں کر سکتا۔ جناب ہارون یحییٰ لکھتے ہیں کہ پانی کی تمام طبعی اور کیمیائی خصوصیات ہم پر یہ ثابت کرتی ہیں کہ اسے خاص طور پر زندگی کے لیے ہی تخلیق کیا گیا ہے۔ زمین اس مقصد کے تحت تخلیق کی گئی ہے کہ انسان اس پر رہ سکے۔ لہٰذا اسے اسی قدر پانی کے ساتھ تخلیق کیا گیا جو نہ صرف زندگی کی اساس بن سکے بلکہ انسانی زندگی کے لیے تسلسل میں بھی موزوں ترین ہو۔

پانی کا کیمیائی تجزیہ Chemical Analysis of Water

بنیادی طور پر پانی ہائیڈروجن اور آکسیجن کا مرکب ہے جو صفر ڈگری سینٹی گریڈ کے درجہ حرارت پر منجمد (برف) ہو جاتا ہے۔ 100 ڈگری سینٹی گریڈ پر ابلنے لگتا ہے اور پانی

میں ایک خاصیت یہ بھی ہے کہ اسے جتنا جی چاہے حرارت پہنچا دیں مگر اس کا درجہ حرارت 100 ڈگری سینٹی گریڈ سے تجاوز نہیں کرتا بلکہ بھاپ بن جاتا ہے اور اگر بھاپ کو دباؤ میں رکھا جائے تو اس سے توانائی پیدا ہوتی ہے۔

کیمیائی عوامل کے لیے پانی کی موجودگی ضروری ہے کہ اکثر و بیشتر تجربات پانی کی عدم دستیابی کے باعث وقوع پذیر نہیں ہو سکتے۔ دلچسپ اور لطف اندوز بات یہ ہے کہ پانی کے کیمیائی عناصر کا پتہ چلنے کے باوجود اسے مصنوعی طور پر اتنی کثیر مقدار میں بنانا ممکن نہیں۔

پانی کے کیمیائی اجزاء

پینے کا پانی کیمیائی لحاظ سے ہر علاقہ میں مختلف ہوتا ہے بلکہ ایک ہی شہر کے مختلف علاقوں کے پانی کا تجزیہ کیا جائے تو اجزاء کے تناسب میں فرق ہوگا۔ لاہور کے پانی کی ایک رپورٹ میں حسب ذیل اجزاء پائے گئے۔

Total Disolved-Solids 450

Calcium	25	Hardness	110
Magnesium	22	Carbohydrates	230
Chlorides	28	Sulphates	38
Nitrites	28	Nitrates	28
Iron	0.2	Floride	Trace
		Iodine	Trace

(طب نبوی اور جدید سائنس جلد دوم)

پانی کی کیمیاوی خصوصیات

پانی کی کچھ طبعی خصوصیات ہیں جبکہ جدید سائنس نے کچھ کیمیاوی خصوصیات دریافت کی ہیں جو تقاضائے حیات کی عین مطابقت میں ہیں۔ پانی کی سب سے نمایاں کیمیاوی خاصیت یہ ہے کہ یہ بہترین محلل (Solvent) ہے۔ یعنی تقریباً تمام کیمیاوی مادے پانی

میں آسانی حل ہو جاتے ہیں۔ پانی میں موجود حل پذیری کی اس اہم صلاحیت کا ایک خاص نتیجہ یہ ہے کہ کارآمد معدنیات اور ایسے دیگر مادے جو مٹی میں مفید ہوتے ہیں پانی میں حل ہو کر دریاؤں اور ندیوں کے بہاؤ میں شامل ہو جاتے ہیں۔ اس طرح دریاؤں کے کناروں پر زرخیز زمینیں وجود میں آتی ہیں۔ سمندری حیات کو ان معدنیات سے بڑی تقویت ملتی ہے اور خصوصاً اس مقام کے نزدیک وسیع زرخیز علاقے وجود میں آتے ہیں جہاں دریا یا سمندر گزر رہا ہو۔

پانی بیشتر معلوم کیمیائی تعاملات میں عمل انگیز (Catalyst) کا کام بھی کرتا ہے۔ ان کی رفتار بڑھانے میں مدد کرتا ہے۔ پانی کی ایک اور کیمیائی خاصیت یہ بھی ہے کہ اس میں کیمیاوی تعامل پذیری (Chemical Reactivity) مثالی سطح پر ہوتی ہے۔ پانی بہت زیادہ تعامل پذیر نہیں لہٰذا تباہ کن ممکنہ اثرات بھی نہیں رکھتا۔ (جیسے سلفیورک ایسڈ کے ہوتے ہیں) اسی طرح یہ بالکل غیر عامل (Inert) بھی نہیں ہے۔ (جیسے آرگون گیس جو صرف چند مخصوص تجرباتی حالات کے سوا دوسرے قدرتی ماحول میں کسی بھی کیمیائی تعامل میں حصہ نہیں لیتی) یہاں ہم مائیکل ڈینٹس کے الفاظ دہرائیں گے۔ ''یوں لگتا ہے کہ جیسے دیگر تمام خصوصیات کی طرح پانی کی تعامل پذیری (بھی) اس کے حیاتیاتی اور ارضیاتی کردار کے لیے موزوں ترین ہے۔ ییل یونیورسٹی میں حیاتیاتی طبیعات (Biophysics) کے پروفیسر ہیرلڈ مورووٹز ان الفاظ میں تبصرہ کرتے ہیں

''گزشتہ چند برسوں میں پانی کی ایک نئی خاصیت (یعنی پروٹونی ایصالیت) سامنے آئی ہے اور اس پر مطالعہ آگے بڑھا ہے یہ خاصیت جو اسی مادے سے تقریباً مخصوص نظر آتی ہے حیاتیاتی توانائی کی منتقلی میں کلیدی کردار کرتی ہے اور ابتدائے حیات میں اس کا اہم ہونا بھی کم و بیش یقینی ہے۔ ہم جس قدر جانتے جا رہے ہیں ہم میں بعض اسی قدر (اس کے) معترف بھی ہوتے جا رہے ہیں کہ نظام قدرت کس خوبی اور درستگی کے ساتھ (تقاضائے حیات سے) مطابقت رکھتا ہے۔'' (کائنات کی تخلیق)

پانی سے افطاری

جسم انسانی کی شریانوں (Arteries) اور وریدوں (Veins) میں گردش

کرنے والا سیال مادہ جسے ''خون'' کہا جاتا ہے اس کا بہت بڑا حصہ پانی پر مشتمل ہوتا ہے۔ خون کے خلیات میں پروٹین اور ہارمونز وغیرہ علیحدہ کر دینے کے بعد بچنے والے مادے یعنی خون کے پلازما (Blood Plasma) میں 95 فیصد پانی ہوتا ہے۔

خون میں پانی کی اتنی مقدار نظام دوران خون کی کارکردگی کے لیے از بس ضروری ہے۔ اگر خون میں پانی کی مقدار کم ہوتی تو قوام خون گاڑھا (Viscis) ہوتا تو کوئی نامیاتی دل (Organic Heart) اسے پمپ کر کے دوران خون جاری رکھنے کے قابل نہیں ہوتا اور عروق شعریہ (Capillaries) میں کبھی داخل نہ ہو سکتا جس کا مفہوم یہ ہوا کہ ہمارے جسم کا نظام دورانِ خون تکمیل وظیفہ کبھی بھی نہ کر پاتا۔

عروق شعریہ (Capillaries) آکسیجن، غذائی اجزاء، ہارمونز اور زندگی کے لیے دوسرے اہم مادوں کو جسم میں موجود ہر خلیے (Cell) تک پہنچاتی ہیں۔ جسم انسانی میں عروق شعریہ کا ایک وسیع و پیچیدہ جال (Net Work) ہے جو ہر جاندار کے ایک ایک حصے میں پھیلتا ہے۔ ایک تخمینہ کے مطابق ایک انسان کے جسم میں پانچ ارب عروق شعریہ ہوتی ہیں۔ اگر ان کی لمبائی جمع کی جائے تو ان کی کل طوالت تقریباً 950 کلومیٹر ہوگی۔ کیونکہ خون کو ان بال سے باریک رگوں یعنی عروق شعریہ میں سے گزرنا ہوتا ہے۔ اس لیے قوام خون اگر گاڑھا ہوتا تو اس Viscisity کی بنا پر نظام دورانِ خون مکمل ناکارہ ہو جاتا۔

اب میں اصل موضوع یعنی ''پانی سے افطاری'' کی طرف آؤں گا۔ جیسا کہ بیان کیا گیا کہ پانی زندگی ہے۔ جب روزہ دار پانی سے افطار کرتا ہے تو سب سے پہلے تو یبوست دہن اور پیاس کی شدت میں کمی محسوس ہوگی اور فوراً بعد ہی اسے Vitality محسوس ہوگی۔

دوران روزہ پانی کی اتنی مقدار جتنا کہ عام حالات میں انسان استعمال کرتا ہے اتنی مقدار (دن بھر میں) جسم میں داخل نہیں ہو پاتی جس سے خون میں گاڑھا پن آ جانا فطری ہے اور بسا اوقات کمزور اشخاص کو دل کے جھٹکے محسوس ہونے لگتے ہیں۔ ایسی حالت میں پانی سے افطاری کرنے سے یہ کیفیت درست ہو جاتی ہے۔

روزہ کی حالت میں دن بھر پانی استعمال نہ ہونے اور پسینہ و پیشاب وغیرہ کے اخراج سے جسم میں پانی کی کمی (Dehydration) ہو جاتی ہے اور پانی کی یہ کمی امراض گردہ یا امراض جگر پیدا کر دیتی ہے۔ بسا اوقات قلت آب یعنی (Dihydration) موت کا سبب بھی

بن جاتی ہے۔ افطاری کے وقت پانی کے استعمال سے پانی کی مذکورہ کمی رفع ہو کر جسم میں نئی زندگی کی لہر پیدا ہو جاتی ہے۔

- ☆ حصاۃ الکلیہ (Renal Stone) کے مریضوں میں پانی کی کمی سے Stone کی اذیت بڑھ جاتی ہے۔ پانی کے استعمال سے گردے صاف اور پیشاب کا بہاؤ اس پرالم کیفیت سے نکالتا ہے۔
- ☆ مریضان ذیابیطس میں چونکہ پیشاب کے اخراج کی مقدار پیے گئے پانی کی مقدار سے دوچند ہوتی ہے یعنی مریضان ذیابیطس کے جسم میں دوسرے امراض میں مبتلا اور عام انسانوں کی نسبت پانی کی شدید کمی ہوتی ہے اس لیے پانی سے افطاری ان کے حق میں بہتر ہے۔
- ☆ ایسے لوگ جن کے گردے کمزور ہوں اور گردے اپنی کارکردگی کی بجا آوری صحیح طور پر نہ کر رہے ہوں۔ یعنی پیشاب کم مقدار میں خارج کر رہے ہوں تو پانی کی کمی سے ان کے اخراج پیشاب کی مقدار مزید کم ہو جائے گی تو ایسی صورت میں بہت سے زہریلے مادے جو پیشاب کے ساتھ خارج ہوتے اور تصفیۃ الدم کرتے رہتے ہیں۔ ان کا اخراج کم ہوگا یا اخراج بالکل مفقود ہوگا۔ ایسے مریض ماء العسل (پانی اور شہد ملا کر) افطاری کریں تو گردہ کا ورم کم ہوگا اور زہریلے مادوں کے اثرات زائل ہوں گے۔

بلاشبہ کوئی بھی سنت کسی حکمت سے خالی نہیں یعنی افطاری کے لیے جن اشیاء کو اولیت اور فوقیت حاصل ہے طبی لحاظ سے وہی صحت کے لیے مفید ہیں۔ تاہم اگر پانی سے افطاری کی جائے تو یہ احتیاط رہے کہ پانی کو گھونٹ گھونٹ کر کے پیا جائے۔ غٹاغٹ پانی چڑھانے میں خرابیاں ہیں۔

شراب سے افطاری کی ممانعت

(سائنسی تناظر میں)

قرآن حکیم میں سورۃ بقرہ، سورۃ النساء اور سورۃ المائدہ میں شراب کی ممانعت آئی۔ بہت سی احادیث مبارکہ میں بھی شراب کی ممانعت مفصل طور پر آئی۔ حضرت انسؓ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا بے شک رمضان المبارک کی اس شب میں اللہ تعالیٰ کے بہت سے بندے (دوزخ سے) آزاد کیے ہوئے ہوتے ہیں۔ (یعنی انہیں جہنم سے آزادی دی جاتی ہے) مگر ایک شخص کی بخشش نہیں ہوتی۔ یہ وہ شخص ہے جس نے شراب سے روزہ افطار کیا۔ (الطبرانی، مجمع الفوائد)

حرمت شراب کی حقیقت مسلمہ ہے ہی یہاں شراب کے مضرات جسم انسانی پر کیا ہو سکتے ہیں اس کا سائنسی علم کی روشنی میں جائزہ لیں گے۔

علم کیمیا (Chemistry) کے مطابق شراب (Alcohol) ایک ایسا طاقت ور محلول ہے جو اعضاء انسانی خصوصاً چربی کو گلانے یا تحلیل کرنے کی خاصیت رکھتا ہے۔ بنیادی خوراک یعنی شکر کو Becteria یا جراثیم کے ذریعے ہضم کرنے کے سلسلے میں پیدا ہونے والی یہ ایک کیمیاوی ذیلی خوراک (By Product) ہے۔ ان وجوہ کی بنا پر شراب کو جسم انسانی کے سخت نقصان دہ کیمیاوی محلول (Chemical) تسلیم کیا گیا ہے۔

جب شراب پی جاتی ہے تو جگر (Liver) شراب کے زہر کی آلودگی کو ختم کرنے (Detoxified) میں مصروف ہو جاتا ہے۔ اگرچہ شراب یا الکحل کی یقیناً کوئی غذائی اہمیت نہیں ہے۔ جب یہ جسم میں داخل ہوتی ہے تو دوسری ہر قسم کی خوراک کے برعکس قابو سے باہر خامرات کی تبدیلی (Metabolized) ہو جاتی ہے۔

نظام ہضم اور مضرات شراب

سب سے پہلے تو یہ بتانا ضروری سمجھتا ہوں کہ نظام ہضم کی ابتدا منہ اور دانتوں سے شروع ہوتی ہے پھر غذا کی نالی (Esophagus) اور بعد ازاں معدہ اور اس سے آگے کے عوامل شروع ہو جاتے ہیں۔ اب اصل موضوع کی طرف آتا ہوں جیسا کہ پہلے واضح کیا گیا ہے کہ شراب چربی کو بہت جلد تحلیل کرتی ہے۔ چونکہ منہ اور غذا کی نالی پر چربی کی انتہائی باریک اور حساس تہہ (Mucous Membrine) ہوتی ہے جو کہ شراب کے کیمیاوی اثرات کے باعث بے حد متاثر ہوتی ہے جس سے منہ اور غذا کی نالی میں زخم اور پھر سرطان (Cancer) ہو جانے کا احتمال ہوتا ہے اور جب معدہ میں یہ اثرات پہنچتے ہیں تو (Lipd) کو تباہ کر دیتے ہیں۔

لائیڈ (Lipd) خون میں موجود ایک خاص قسم کی چربی ہوتی ہے جو حفاظتی تہہ مہیا کرتی ہے۔ جس پر تیزابیت یعنی HCL (Hydrochloric Acid) کا نقصان دہ اثر نہیں ہوتا۔ اسی تہہ کی وجہ سے معدہ خود اپنے آپ کو ہضم بھی نہیں کر سکتا۔

لیکن شراب لائپڈ (Lipd) کو تحلیل کر دیتی ہے۔ جس کے باعث معدے میں Acidity کے بڑھ جانے سے Gastric Ulcer اور Gastritis ہو جاتا ہے اور عموماً معدے کے کینسر کا بھی یہی سبب ہوا کرتا ہے۔

ایک صحت مند انسانی جسم ہر اس چیز کو ہضم کر لیتا ہے جس کی اسے ضرورت ہوتی ہے۔ یہ نظام ہضم کو خاص قسم کی ہدایات جاری کرنے سے ہوتا ہے مگر زیادہ اور مستقل شراب پینے والوں کے اختیار میں یہ معاملہ نہیں رہتا اور ہضم کرنے کا عمل بلا روک ٹوک اور بلا امتیاز جاری رہتا ہے۔ یہ بے تحاشہ ہضم اس سے زیادہ کچھ نہیں کر سکتا کہ موٹاپا (Obisity) پیدا کر دے اور خلیوں کے درمیانی خلا (Interstices) میں چربی کا ذخیرہ شروع کر دے اور چربی کی یہ کثیر مقدار دل کے پٹھوں کے نظام پر مایوکارڈیک ٹشو (Myocardic Tissue) پر چھا جاتی ہے۔ اس طرح امراض قلب ہو جاتے ہیں۔

شراب کے آنتوں پر مضرات

جدید تحقیق نے یہ ثابت کیا ہے کہ شراب کا سب سے زیادہ نقصان بارہ انگشتی آنت (Dudenum) پر جاتا ہے چونکہ اس مقام پر انتہائی حساس کیمیاوی اثرات وقوع پذیر ہوتے ہیں جو ہاضم لعاب کے ترشح کی صلاحیت رکھتی ہے اور شراب سے ہاضم لعاب کے ترشح (Secration) ختم ہو جاتی ہے۔ نتیجتاً بارہ انگشتی آنت (Dudenum) اور پتہ (Gall Balader) کی جھلی بے حد متاثر ہوتی ہے جس کے باعث نظام ہضم بری طرح متاثر ہو کر مستقلاً فتور ہضم (بدہضمی، ریح الامعاء اور تبخیر وغیرہ ہو جاتا ہے) یعنی بنیادی طور پر معدہ متاثر ہوتا ہے جس کے ذیلی اثرات آنتوں پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ چنانچہ نظام ہضم کے خود کار نظام کی حسن ترتیب اور ہم آہنگی بھی زیر وزبر ہو جاتی ہے۔

شراب کے جگر پر اثرات بد

شراب کے برے اثرات اگرچہ معدہ اور آنتوں پر خاصے ہوتے ہیں تاہم ان سے بڑھ کر اثرات بد جگر (Liver) پر ہوتے ہیں کیونکہ جگر انتہائی نازک و حساس (Moneter) ہے جو شراب کے ہر ایک چھوٹے چھوٹے سالمے کو زہر کی طرح محسوس کرتا ہے۔ جگر پر شراب کا اثر دو طرح سے ہوتا ہے۔

☆ جب شراب (الکحل) پی جاتی ہے تو خلیات جگر الکحل ختم کرنے میں مصروف ہو جاتے ہیں جس سے خلیات جگر اپنی حقیقی ذمہ داری نہیں نباہ پاتے۔

☆ جگر کے کیمیاوی عمل جو انتہائی حساس ہوتے ہیں شراب کے بکثرت استعمال سے منتشر ہو جاتے ہیں جس سے جگر کو ایک ہی عمل بار بار دہرانا پڑتا ہے اور اس طرح بے پناہ مسلسل اور بلا ضرورت مشقت (Over loading) سے جگر کمزور اور ناتواں ہو جاتا ہے۔ یہ

اثرات جگر کے لیے خطرناک نتائج پیدا کرتے ہیں۔ سب سے زیادہ جگر کا سکڑ جانا (Cyrrhosis) ہوا کرتا ہے جو اس امر کی غمازی کرتا ہے کہ جگر کامل طور پر تباہ ہو چکا ہے۔

زیادہ خطرناک ممکنات جس سے یہ بھی ہے کہ شراب کا استعمال ایک ایک کر کے جگر کے تمام افعال کو تباہ کر دیتا ہے۔ ان افعال میں سے پہلا فعل وہ ہے جس میں جگر ان اجزاء کو پیدا کرتا ہے جن سے تولید خون کا عمل ظہور پذیر ہوتا ہے۔ لہٰذا جگر اجزاء کی تولید سے قاصر ہو جاتا ہے۔ یہی سبب ہے کہ مئے نوش Anaemic ہو جاتے ہیں۔

یہ ایک الگ موضوع ہے کہ مئے نوش کا چہرہ ہشاش بشاش دکھائی دیتا ہے تاہم ان کی ہڈیوں کا گودا (Bone Marrow) مکمل زائل ہو جاتا ہے جس سے تولید خون کا عمل ختم ہو جاتا ہے۔ خمر (Alcohol) سے جگر کی وہ استطاعت جس کی وجہ سے جسمانی تحفظ کے اعضاء جیسے مختلف قسم کے گلوبن بالخصوص Immuno Globulin خطرناک حد تک کم ہو جاتے ہیں۔ اس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ بیماریوں کے خلاف مدافعت (Immunity) کم سے کم ہو جاتی ہے اور بسا اوقات اچانک جگر کا فعل رک جاتا (Acute Hepatic Failure) ہو جاتا ہے۔ ایسی صورت میں مئے نوش نشہ کی حالت میں ہی مر جاتا ہے۔

شراب کے نظامِ دورانِ خون پر اثرات

نظام دورانِ خون (Circulatory System) پر شراب کے مضرات کا اثر دو طرح سے ہوتا ہے۔ ایک تو جگر کے متاثر ہونے سے بالواسطہ ہوتا ہے۔ دوسرے براہِ راست دل کی بافتوں (Myocardic Tissues) پر اثر کے ذریعے جگر جو خون میں چربی تحلیل کرنے میں سب سے اہم عمل کرتا ہے میں ضعف وخرابی پیدا ہو جاتی ہے جس کے نتیجے میں خون لے جانے والی شرائین میں تصلب (Arteriosclerosis) ہو جاتا ہے۔ جس سے فشار الدم قوی (Hypertension) ہو جاتا ہے۔ دوسری جانب الکحل (شراب) کے تیزی سے جل جانے کے عمل میں خون کے بہاؤ کے مخصوص طریق کی

رفتار میں عدم تنظیم ہو کر دل کی تھکان واقع ہو جاتی ہے۔ نیز شراب کی وجہ سے دل میں چربی کے ذرات جمع ہو جاتے ہیں۔ اس طرح اعصابی نظام (Nervous System) پر نقصان دہ اثر کے ذریعے دل کے عمل میں خلل واقع ہو جاتا ہے۔ اس سے Heart Failure کے امکانات بڑھ جاتے ہیں۔

نظام اعصاب پر اثرات

شراب عصبی خلیوں کی اس باریک جھلی میں داخل ہو جاتی ہے جو نامیاتی چربی جیسے مرکب Lipd کی محافظ ہوتی ہے۔

اس طرح اس نظام کے برقی رابطے ''Electrical Communication'' میں خلل پیدا کرتی ہے۔ یہ خراب اثر مختلف شکلوں میں ظاہر ہوتا ہے۔ جن میں پہلا اثر نشے کے اچانک حملہ کی صورت میں ہوتا ہے اور اس کا دیر تک اثر انتہائی خطرناک ہوتا ہے۔

شراب پینے کے ابتدائی ایام میں مضر اثرات بہت خفیف یا غیر واضح بھی ہوں تب بھی اس کے دیرپا مضر یا خراب اثرات ابتدا ہی سے مرتب ہوتے رہتے ہیں۔ شراب کے بار بار استعمال کرنے سے اعصابی نظام (Nervous System) متاثر ہو کر مختلف امراض کو جنم دیتا ہے جن میں ہذیان (Delirium) کپکپی (Tremen) متعدد اعصاب کی سوزش (Polyneuritis) نسیان (Dementia) جیسے عوارض لاحق ہو جاتے ہیں اس میں خاص بات یہ ہے کہ کم سنی یا نوجوانی میں شراب کے مضرات زیادہ اثرات انداز ہوتے ہیں۔

شراب کا کیمیائی اثر یہ بھی ہے کہ یہ تخلیقی خلیوں Re-Productive Cells میں داخل ہو کر انہیں از حد نقصان پہنچاتی ہے۔ جس سے ناقص بالیدگی (Dystrophy) ہوا کرتی ہے۔

جدید تحقیق سے یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ شرابی لوگوں کے بچے ذہنی طور پر کند اور غبی ہوتے ہیں۔ شراب عورت کے تخم (Ovum) اور بیضہ حیات (Egg Cell) کے خلیے کو انتہائی ضرر پہنچاتی ہے۔ جس کے نتیجہ میں شرابی عورتوں کے ہاں تولد ہونے والے بچے موروثی (اکتسابی) طور پر دماغی یا قلبی صدمے (Shock) کا شکار ہوتے ہیں۔

گردوں پر شراب کے اثرات بد

انسانی گردے جنہیں نظام دوران خون (Ciculatory System) کا آخری مقام کہا جاتا ہے۔ یہ گردے انتہائی حساس کیمیاوی جوہر کے مقام اتصال (Valence) پر چھلنی کا کام دیتے ہیں یعنی ملاپ کے اس مقام پر گردے خون کو فلٹر کر کے پیشاب کو خون سے الگ کرتے اور کثیف یا سمی مادوں (زہریلے مادوں) مثلاً یوریا' کریٹانین وغیرہ کو پیشاب کی راہ خارج کرتے ہیں لیکن شراب (الکحل) اس نازک اور حساس عمل کو بھی تہہ و بالا کر دیتی ہے۔ یہ تسلیم شدہ حقیقت ہے کہ وہ شرابیں جن میں الکحل کی مقدار زیادہ ہوتی ہے گردوں کے لیے زیادہ نقصان دہ ہوتی ہے۔ چنانچہ زیادہ مقدار میں (Beer) پینے والوں کے گردے اکثر خراب رہتے ہیں۔

اجتماعی افطاری

اجتماعی طور پر افطاری کرنے یا مل کر کھانا کھانے میں بڑی برکت اور اللہ رب العزت کی خوشنودی ہے۔

ایک ہی دسترخوان پہ بیٹھ کر یا ایک ہی برتن میں کھانا کھانے سے باہم محبت بھی بڑھتی ہے اور ایثار کا جذبہ بھی بیدار ہوتا ہے۔ آج کل ہمارے معاشرے میں افطاری رواج کے طور پر کرائی جاتی ہے جس میں عموماً غربا اور مستحق نہیں ہوتے بلکہ کچھ سیاسی شخصیات اور چند ایسے افراد شامل ہوتے ہیں جو دنیاوی لحاظ سے بلند مرتبت ہوں جن سے دنیاوی کام لیا جا سکے اور یہ بھی دیکھا یا ہے کہ ایسے اشخاص میں بہت کم روزہ دار ہوتے ہیں۔ اگرچہ اس طرح کی افطاری گناہ نہیں تاہم یہ ایک رسم دنیا کا درجہ رکھتی ہے۔ یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ افطاری کے لیے ایک ہی دسترخوان پہ بیٹھ تو جاتے ہیں مگر اپنی پلیٹ میں کسی دوسرے مسلمان کو شامل نہیں کرتے اور اگر کوئی کم حیثیت شخص جو مرتے یا معاشی لحاظ سے ہم پلہ نہ ہو تو اسے پاس بٹھانے سے بھی اجتناب کیا جاتا ہے۔

دراصل اجتماعی افطاری میں فلسفہ یہ ہے کہ شخصی امتیاز ختم ہو جائے۔ کسی سے نفرت نہ کی جائے محبت اور ایثار کی فضا پیدا ہو جائے۔ خواہ وہ افطاری کوئی ایک مسلمان رضائے الٰہی اور حصول ثواب کے لیے کرائے یا پھر افطاری میں شامل ہونے والا ہر شخص اپنی اپنی افطاری کی اشیاء لا کر ایک دسترخوان پر سبھی مل جل کر کھالیں۔ اس طرح کھانے میں کمی نہیں ہوگی بلکہ برکت ہوگی۔

حضرت جابر کہتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو یہ فرماتے سنا ہے کہ ایک آدمی کا کھانا دو آدمیوں کے لیے کافی ہے اور دو آدمیوں کا کھانا چار آدمیوں کے لیے کافی ہے اور چار آدمیوں کا کھانا آٹھ آدمیوں کے لیے کافی ہے۔ (مشکوٰۃ شریف بحوالہ مسلم)

یہاں ایک پہلو تو یہ نکلتا ہے کہ اجتماعی کھانے میں اگر کچھ لوگ اور آ جائیں تو ان کے لیے اسی افطاری یا کھانے میں گنجائش موجود ہوتی ہے۔ دوسرے یہ کہ حدیث شریف میں ہے کہ مسلمان کے جھوٹے میں شفا ہے۔ اہل مغرب نے سائنسی لحاظ سے اس پر ریسرچ کی اور اس حقیقت کو تسلیم کیا کہ جھوٹا کھانا کھانے میں شفا ہے۔

''سنت نبوی اور جدید سائنس'' کے مولف نے لکھا ہے کہ

☆ پیتھالوجی کے ایک پروفیسر نے انکشاف کیا کہ جب مل کر کھانا کھایا جاتا ہے تو تمام کھانے والوں کے جراثیم کھانے میں شامل ہو جاتے ہیں جو دوسرے امراض کے جراثیموں کو ختم کر دیتے ہیں اور اس طرح وہ کھانا بے ضرر بن جاتا ہے اور کھانے میں بعض اوقات شفاء کے جراثیم مل کر تمام کھانے کو شفاء بنا دیتے ہیں جو کہ معدے کے امراض کے لیے مفید ہوتے ہیں۔

☆ گوجرانوالہ کے ایک صاحب کہتے ہیں کہ میں عرصہ دراز سے عارضہ قلب میں مبتلا تھا بہت علاج معالجہ کرایا مگر خاطر خواہ افادیت سامنے نہ آئی تاہم میں نے سنت نبوی پر عمل کرتے ہوئے جھوٹا کھانا شروع کر دیا اس وقت سے اب تک مجھے دل کی تکلیف نہیں ہوئی۔

☆ ایک صاحب نے واقعہ سنایا کہ میرے ایک دوست کو ۱۹۷۰ء میں Tubercolosis ہو گیا۔ عرصہ دراز تک ادویات استعمال کرتا رہا مگر علاج بے سود ثابت ہوا۔ تاہم کسی کے کہنے پر مسلمانوں کا جھوٹا کھانا شروع کر دیا۔ چار ماہ میں خاطر خواہ افاقہ ہوا جو بعد ازاں بالکل تندرست ہو گیا۔ (سنت نبوی اور جدید سائنس)

روزہ اور ذیابیطس شکری

(The Fast & Diabties Melatis)

امراض جدیدہ کے ذیل میں فشار الدم قوی (Hypertension) اور ذیابیطس شکری (Diabties Melatis) دو ایسے امراض ہیں جن کے باعث ہر دوسرا شخص مضطرب ہے۔

یہاں میں مریضان ذیابیطس شکری ہی کا تذکرہ کروں گا جو علاج کے باوجود مکمل صحت یاب نہیں ہو پائے جس کا ایک سبب بسیار خوری بھی ہے۔ یعنی وہ اس نظریہ کے تحت کچھ نہ کچھ کھاتے رہتے ہیں کہ کہیں مرض کی وجہ سے نقاہت نہ ہو جائے تاہم ازالہ نقاہت کی بجائے علامات مرض میں اضافہ اور معدہ وجگر متاثر ہو جاتے ہیں۔ ایسے اشخاص کا علاج روزہ ہے۔

روزہ بسیار خوری (Over dieting) سے بچاتا ہے جس سے معدے اور جگر کا عمل درست ہوتا ہے۔ یہی سبب ہے کہ روزہ ذیابیطس کے مریضوں کے حق میں مفید ثابت ہوتا ہے۔

اطبائے متاخرین اس نقطے پر متفق ہیں کہ ذیابیطس شکری کا بنیادی سبب نظام ہضم (Digestive System) میں فتور اور افعال جگر (Liver Function) میں عدم توازن ہوتا ہے۔ بعد ازاں رطوبت لبلبہ (Insuline) کی تراوش (Secration) میں خرابی ہو جانے سے علامات ذیابیطس شکری واضح ہوتی ہیں۔ اگر معدہ وجگر کے افعال نارمل ہوں تو ذیابیطس شکری کے امکانات کم ہو جاتے ہیں۔

عام لوگوں کا خیال ہے کہ اگر ذیابیطس شکری کا مریض روزہ رکھ لے گا تو کہیں کسی پیچیدگی یا پریشان کن صورت حال سے دوچار نہ ہونا پڑے۔ جسم میں پانی کی کمی یا Sugar

Level حد اعتدال سے گرنے کے احتمال کو اپنے ذہن پہ سوار کر لیتے ہیں۔ حالانکہ ایسا ہرگز نہیں ہے۔ شدت مرض کی صورت میں صورت حال مختلف ہو سکتی ہے۔ یعنی شدت مرض میں روزہ نہ رکھنے کی اللہ رب العزت نے قرآن حکیم میں اجازت دی ہے۔ ارشاد ہوا ''پس جو لوگ تم میں سے بیمار ہوں یا سفر میں پس دوسرے دنوں میں (روزے رکھ کر ان کی) گنتی پوری کرو۔'' (سورۃ البقرہ آیت ۱۸۵)

اس رعایت میں بھی فلسفہ ہے ارشاد ربانی ہے ''اللہ تعالیٰ تمہارے ساتھ آسانی چاہتا ہے سختی تمہارے ساتھ نہیں چاہتا۔'' (سورہ البقرہ آیت ۲۳)

ذیابیطس شکری کے وہ مریض جو علاج کے لیے Insoline استعمال کرتے ہیں انہیں گلوکوز کنٹرول رکھنے میں مشکل پیش آ سکتی ہے۔ انسولین استعمال کرنے والے سحری کے وقت انسولین کی مقدار کم کر کے خون میں گلوکوز کی مقدار زیادہ کر دینے کا باعث بھی بن سکتی ہے اور پھر افطاری کے وقت غیر محتاط کھانا (بسیار خوری) بھی خون میں گلوکوز کی زیادتی کا باعث بنتا ہے۔ چنانچہ رمضان المبارک کی آمد مریض اور معالج دونوں کے لیے خون میں گلوکوز کی کمی کے خوف سے ہوتی ہے لیکن طب جدید کا نظریہ یہ ہے کہ خائف ہرگز نہ ہوں کیونکہ روزے مریض اور معالج کے لیے مشکلات یا کسی قسم کی دشواری پیدا نہیں کرتے بلکہ روزہ دار مریض کا شوگر لیول نارمل ہو جاتا ہے جبکہ ایسے اشخاص جو روزہ دار نہ ہوں ان کا شوگر لیول اتار چڑھاؤ کا شکار رہتا ہے۔

محترم حکیم امجد وحید بھٹی اپنے مضمون میں لکھتے ہیں کہ ''اس بات کا پتہ کچھ اس طرح چلا ہے کہ ''روزہ اور ذیابیطس'' کے عنوان کے تحت ماہرین نے اس پر تحقیق و جستجو کی۔ اس تحقیقی سفر میں حسب ذیل اداروں کے سربراہان نے شرکت کی۔

☆ Naseer Institute Quahera (Egypt)

☆ King Khalid University Hospital Riadh (KSA).

☆ King Fahad National Hospital Riadh (K.SA).

☆ Ami.' Hospital Kuwait.

☆ Jazera Hospital Abu-Dahbi (UAE).

☆ Jinnah Post graduate Medical centre Karachi

(pak).

☆ Ikram Medical Complex Lahore.

ان ماہرین نے اس تحقیقی تجربے میں 70 مریضان ذیابیطس شکری (شوگر) منتخب کیے تاکہ ان کے جسم پر روزہ کے اثرات کا بغائر جائزہ لیا جائے اور پتہ چلایا جا سکے کہ ذیابیطس میں روزہ رکھا جا سکتا ہے یا نہیں۔

ان (منتخب) 70 مریضان کو دو ماہ میں دو بار چیک کیا گیا۔ پہلی بار شعبان میں ان کا Sugar Level نوٹ کر لیا گیا پھر رمضان المبارک شروع ہونے سے ایک دن قبل (دوبارہ) شوگر لیول نوٹ کیا گیا۔

رمضان میں ان مریضان میں سے کچھ کو باقاعدگی سے روزے رکھوائے گئے اور کچھ مریضان کو روزے نہ رکھوائے گئے۔ جن مریضان کو روزے نہ رکھوائے گئے انہیں سحری کے کھانے سے نصف گھنٹہ قبل انجکشن دیا گیا۔ اس انجکشن کے ذریعے سپروانسولین (جو نسبتاً کم طاقت کی ہوتی ہے) دی گی۔ بعدازاں اسی مریض کو افطاری کے نصف گھنٹہ بعد کھانے سے قبل INJ. N.P.H Insoline دیا گیا۔ جن مریضوں کو روزہ رکھوایا گیا ان کو باقاعدہ ادویات استعمال کروائی گئیں۔ یہ عمل مکمل رمضان چلتا رہا اور شوگر لیول برابر چیک کیا جاتا رہا۔ جس سے یہ معلوم ہوا کہ پورے رمضان کے روزے رکھنے والے مریضان کی شوگر نارمل ہو چکی تھی جبکہ روزہ نہ رکھنے والے مریضوں کا شوگر لیول اتار چڑھاؤ کا شکار رہا۔ جس سے ثابت ہوتا ہے کہ روزہ ذیابیطس کے مریضان کے لیے بالکل بے ضرر اور مفید و موثر ہے۔

مریضان ذیابیطس شکری یقین کامل اور پورے اعتماد کے ساتھ روزہ رکھیں اور ساتھ اپنا علاج بھی برابر جاری رکھیں تو یقیناً ان کے حق میں بہتر ہوگا۔ کیونکہ شوگر کے مریض کے خون میں انسولین کی مقدار کم اور شوگر کی مقدار زیادہ ہوتی ہے اور روزہ دار کے خون میں موجود یہ شوگر دوران روزہ آہستہ آہستہ استعمال ہوتی رہتی ہے۔ علاوہ ازیں چونکہ مریض روزہ کی حالت میں کچھ کھاتا پیتا نہیں۔ اس لیے خوراک سے حاصل کرنے والی گلوکوز (شوگر) کی مقدار بارہ سے چودہ گھنٹے تک میسر نہیں آتی اور پھر سحری وافطاری کے وقت

انسولین کی مناسب مقدار مہیا ہو جانے سے جسم میں مثبت اثرات مرتب ہوتے ہیں اور مریض صحت کی جانب گامزن ہو جاتا ہے بلکہ اگر غیر رمضان میں بھی یہ طریقہ اپنایا جائے تو نہ صرف شوگر لیول کنٹرول ہوگا بلکہ شوگر لیول میں عدم تنظیم کی بنا پر جو نقاہت اور کسلمندی ہوا کرتی ہے اس سے بھی محفوظ رہے گا۔ چونکہ قوت مدافعت (Immunity) اس طرح بڑھتی ہے اور شوگر کے باعث ہونے والی دماغی سوجن، کالاموتیا، اندھاپن، جگر اور گردوں کی خرابی کے خدشات بھی بڑی حد تک معدوم ہو جاتے ہیں۔

موٹاپا اور روزہ

(The Fast and Obesity)

وہ غذا جسے ہم جسم انسانی کی بقا اور اس کے ایندھن (Fule) کے طور پر استعمال کرتے ہیں وہ غذا جسم انسانی میں جا کر تین اہم مرکبات تشکیل دیتے ہیں۔

☆چربی Fats ☆لحمیات Protines

☆نشاستہ Carbohydrates

غذا جب معدے میں پہنچتی ہے تو رطوبات معدہ (Digestive Enzymes) اس کے ساتھ شامل ہو کر اس غذا کے ہضم ہونے میں معاونت کرتے ہیں۔ پھر عمل کیلوس و کیموس سے گزر کر آنتوں تک پہنچتی ہے تو غذائی مرکبات یعنی کاربوہائیڈریٹ' پروٹین اور فیٹ اس دوران تحلیل (Digest) ہو جاتے ہیں۔ کاربوہائیڈریٹ اس کے اجزا گلوکوز میں پروٹین اس کے اجزا لحمیات اور امائینو ایسڈز (Fatty Acid) میں تبدیل ہو کر آنتوں کے ذریعے جذب ہو کر خون کے توسط سے جسم کے تمام حصوں میں پہنچ جاتا ہے۔ جہاں وہ جل کر استحالہ (Metabolism) کے ذریعے توانائی (Energy) پیدا کرتے اور اعضاء کی فعلیت میں مدد دیتے ہیں۔

یہ بات قابل توجہ ہے کہ جسم کے مختلف Cells ہر لحہ بنتے اور ٹوٹتے رہتے ہیں۔ یہ سادہ مرکبات یعنی Carbohydrates+ Protines+ Fats دوبارہ غذا کی شکل میں جسم میں جمع ہو جاتے ہیں جس طرح Fatty Acid دوبارہ چربی میں اور گلوکوز سے کاربوہائیڈریٹ گلائیکوجن اور امائینو ایسڈ سے پروٹین بن جاتے ہیں۔

Liver and Muscular Tissues میں گلائیکوجن جمع ہو جاتا ہے۔

Liver and Adipose Tissues میں چربی جمع ہو جاتی ہے۔ چربی (Fats) کے جمع ہو جانے سے فربہی (Simple Obesity) ہو جاتی ہے۔

فربہی یا موٹاپا صحت کی علامت نہیں بلکہ دیگر بہت سے امراض کا پیش خیمہ ہے۔ یعنی اور بہت سے امراض اس موٹاپا کی وجہ سے رونما ہو سکتے ہیں۔ جن میں ذیابیطس شکری (Diabetes Meltus) فشار الدم قوی (Hypertension) امراض قلب (Coronoury Heart diseases)

موٹاپا یا فربہی (Obesity) سے مراد جسم انسانی میں چربی یا روغنی خلیات (Adipose Cells) مقدار اور جسامت میں بڑھ جاتے ہیں اور ایسے لوگوں کے خون میں Fatty Acid اور مختلف قسم کے چربیلے اجزاء Cholestrol اور Triacylglycrel بڑھ جاتا ہے۔

ایسے لوگ خواہ غذا لیں یا نہ لیں ایک بار مرض آ جائے تو اس سے نجات مشکل ہو جاتی ہے بلکہ دوسرے امراض کو دعوت دیتا ہے۔ اس لیے شحمی خلیوں (Adipose Cells) کو کنٹرول میں رکھنا بہت ضروری ہے جس کا بہترین ذریعہ روزہ ہے۔

روزہ رکھنے سے شحمی خلیات اعتدال پہ رہیں گے اور مرض میں مزید اضافہ نہیں ہوگا بلکہ کمی ہوگی۔

جسمانی وزن میں کمی

روزہ رکھنے اور افطار کرنے کے اوقات کی شرعی پابندیاں ہیں جبکہ غذائی پابندیاں قطعی نہیں ہیں۔ بعض اوقات کھانے میں بے اعتدالی یا بدپرہیزی بھی ہو جائے تو صیام رمضان کے دوران عموماً جسم پر منفی اثرات مرتب نہیں ہوتے نہ تو غذائی تغذیہ کی کمی ہوتی ہے اور نہ ناکافی حراروں (کلوریز) والی غذائیں استعمال کی جاتی ہیں۔

دماغ کے زیریں حصے میں Hypo Thalamus نامی ایک مرکز ہے جسے Lipostat بھی کہتے ہیں جو انسانی جسامت کو قابو میں رکھتا ہے۔ کسی شدید فاقہ کشی کے سبب جب وزن جسمانی تیزی سے گرنے لگتا ہے تو اس کیفیت کو Lipostat عموماً برداشت نہیں کرتا۔ مگر روزوں میں از خود ایک ترتیب (Re-Programing) آ

جاتی ہے جس کے باعث جسم کا وزن تیزی سے بڑھے اور عدم تغذیہ کی حالت باقی نہ رہے۔ اس لیے جسم کے وزن کو کم کرنے کا واحد طریقہ (روزہ کے ساتھ ساتھ) آہستہ آہستہ بتدریج Self Control کرتے ہوئے غذا کی نوعیت کھانے کا انداز اور خود کو کمی کا عادی بنانے کی مشق سے ہوتا ہے۔

ماہ رمضان ایک ماہ کی تربیت (Re-Fresher Course) کا مہینہ ہے۔ اس میں جملہ معمولات میں یکسر تبدیلی مثلاً سونے' جاگنے' کھانے پینے کے اوقات میں تبدیلی آ جاتی ہے۔ روزہ اپنے آپ پر یعنی خواہشات پر قابو رکھنے کا نام ہے۔ لہٰذا ماہ صیام میں انسان اپنی خواہشات کو قابو میں رکھتے ہوئے غذا کے معاملہ میں اپنے آپ کو ایک ایسے تربیتی مرحلے سے گزارتا ہے جس سے انسانی Lipostat میں ایک ایک امید افزا مستقل تبدیلی رونما ہو جاتی ہے۔

ماہ رمضان میں کھانے پینے کا شیڈول ہوتا ہے۔ افطاری میں کسی بھی میٹھی چیز مثلاً کھجور' جوس' پھل' شربت وغیرہ عموماً استعمال کیا جاتا ہے جس سے شکر کی کمی کنٹرول رہتی ہے۔ پھر بعد از نماز مغرب کھانا (Dinner) لیا جاتا ہے کیونکہ مغرب کی نماز کی ادائیگی کے بعد ہلکی پھلکی افطاری ہضم ہو کر خوب بھوک لگ چکی ہوتی ہے۔ اس لیے سیر ہو کر کھانا کھایا جاتا ہے۔ بسا اوقات بسیار خوری بھی ہو جاتی ہے تاہم بیس رکعت تراویح اور نماز عشاء کی ادائیگی میں وہ غذا ہضم ہو جاتی ہے جو سوتے وقت پیٹ میں بوجھ نہیں بنتا۔ اگر تراویح کے دوران توانائی (حراروں) کے خرچ کا کوئی حساب مرتب کیا جائے (مثلاً حرارت پیما کے ذریعے حساب لگایا جائے) تو 20 رکعت والی نماز میں 200 حرارے خرچ ہوتے ہیں جس میں تمام عضلات اور جوڑ پورے استعمال میں آتے ہیں اور یہ جسمانی ورزش کی درجہ بندی میں ہلکی پھلکی ورزش کی کمی ہو جاتی ہے۔

روزہ اور جنسی خواہش

حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ جو شخص تم میں سے استطاعت رکھتا ہو اسے نکاح کر لینا چاہیے۔ کیونکہ وہ نگاہ نیچی رکھنے والا اور شرمگاہ کو بچانے والا ہے اور جو شخص طاقت نہ رکھتا ہو اسے روزہ رکھنا چاہیے۔

کیونکہ روزہ اس کے حق میں شہوت کو کم کرنے والا ہے۔

روزہ سے جسم کے جملہ اعضاء پر مثبت اثرات ہوتے ہیں۔ اسلامی لحاظ سے ہم اسے تزکیۃ النفس کہتے ہیں۔ طبی لحاظ سے روزہ نظام ہائے جسم کی اصلاح اور Repair کرتا ہے۔ جس طرح ہارمونز کی تبدیلی سے انسانی مزاج اور اخلاق پر غیر معمولی اثرات مرتب ہوتے ہیں اسی ہی طرح L.H یعنی Luteirising Harmone قوت محرکہ Folicle Stimulating Harmone کم ہو جایا کرتی ہے۔ جس کا مثبت اثر یہ ہوتا ہے کہ جنسی خواہش کم ہو جاتی ہے اور سوچنے کی صلاحیت بڑھ جاتی ہے۔ ایسی صورت میں جب بھی وہ سنجیدگی سے سوچے گا اعلیٰ سوچ اعلیٰ اخلاقی یا روحانی اثرات کی حامل ہوگی۔

ای ایس آر کی زیادتی

خون کے سرخ ذرات (RBC) کی تہہ نشینی کی شرح اوسطاً 5mm سے 15mm ہے اس سے زیادتی حسب ذیل امراض کی طرف اشارہ ہوتا ہے۔

☆ کسی مرض کا تعدیہ Infection

☆ خون میں سمیت Toxemia

☆ نمو کی خرابی یا کمی Degeneration

☆ کسی مقام پر ورم Inflammation

ای ایس آر کی کمی

خون کے سرخ ذرات (RBC) کی شرح تہہ نشینی میں کمی یعنی Normal Value سے کمی حسب ذیل امراض کی نشاندہی کرتی ہے۔

☆ قلت الدم (Anemia) ☆ حساسیت (Allergy)

☆ کالی کھانسی (Whooping Cough)

ای ایس آر اور روزہ دار

ڈھاکہ میڈیکل کالج کے پروفیسرز کے تجزیہ کے مطابق

☆ غیر روزہ داروں میں 7-10mm رہا۔

☆ 20 روزہ داروں میں (ابتدائی ایام میں 10mm رہا جبکہ آخری ایام میں 12mm رہا۔ یعنی کوئی قابل ذکر تغیر نہیں آیا۔

☆ PVC یعنی Polymar Cell (کثیر النواۃ)

تجربہ کے مطابق مختلف قسم کے خلیات خون کو خون سے الگ کر کے ان کی کارکردگی کو مخصوص طرز عمل سے معلوم کیا جاتا ہے لیکن روزہ کی حالت میں ان Cases پر کوئی اثر مرتب نہ ہو سکا۔

تجربہ میں

١- غیر روزہ داروں کا اوسط 45 تا 47 فیصد ہے۔

2- روزہ داروں میں P.V.C ابتدائی ایام میں 4556 اور آخری ایام میں 4355

3- خون کے دقیق مادوں میں پوٹاشیم کی مقدار 10-22mg to12-20mg

روزہ اور بانجھ پن

(The Fast & Sterility)

بیسویں صدی عیسوی کے آخری عشرہ میں (1990ء سے 2000) بے شمار طبی تحقیقات ہوئیں۔ اسی ہی عشرے میں اکیتا یونیورسٹی سینڈائی ''شمالی ٹوکیو'' جاپان The Akita University Sendai "North Tokyo" Japan میں بانجھ پن (Sterility) پر ایک طبی کانفرنس منعقد ہوئی جس میں جاپان کے ماہر جنسیات Dr. Tadayoshi Hasegawai نے بانجھ پن پر دلائل دیتے ہوئے بتایا کہ بانجھ پن ایک قابل علاج مرض ہے۔ ایسی بانجھ خواتین جو فربہ بھی ہوں یعنی فربہی کے باعث انہیں یہ مرض لاحق ہو روزہ انہیں درست کرتا ہے۔

ڈاکٹر موصوف نے کانفرنس کو بتایا کہ انہوں نے چھ ایسی خواتین جو فربہی (Simple Obesity) میں مبتلا تھیں انہیں (اسلامی طریقہ کے مطابق) روزے رکھوائے گئے۔ نتیجتاً ان چھ میں سے چار خوش نصیب خواتین کے زنانہ ہارمونز کا ترشح (Female Harmones Seceretion) معتدل (Normal) ہوگئی اور وہ چار خواتین تین ماہ کے اندر حاملہ ہوگئیں اور بالکل صحت مند بچوں کو جنم دیا۔

ان خواتین کے علاج میں انہیں روزانہ صرف 1500 ملی لٹر پانی پینے کے لیے دیا جاتا رہا۔

ڈاکٹر ٹیسڈا یوشی ہیسی گوائی نے پورے اعتماد اور یقین سے کہا کہ خواتین کا موٹاپا (فربہی) غدہ نخامیہ (Pituitary Glands) پر اثر انداز ہوتا ہے جس کا افراز (Harmone) خواتین میں ماہواری اور اخراج بیضہ میں تحریک پیدا کرتا ہے۔

☆ زیر علاج ان چھ خواتین کی عمریں 17 اور 35 سال کے مابین تھیں۔

☆ ان خواتین میں سے ایک خاتون ایسی بھی تھی جسے زندگی میں کبھی ماہواری نہ ہوئی یعنی وہ احتباس الطمث Primery Amenoroohea میں مبتلا تھی اور چار خواتین کے موٹاپا (Obesity) کے باعث ماہواری مفقود تھی۔ یعنی وہ (Secendory Amenorrohea) میں مبتلا تھیں جبکہ ایک خاتون کی ماہواری بلا اخراج بیضہ ہو رہی تھی۔

☆ ان خواتین کو جب Admit کیا گیا اس وقت ان کا وزن 70 کلوگرام سے 90 کلوگرام کے مابین تھا۔ روزے رکھنے سے چار خواتین کو طبعی طور پر ماہواری اور بیضہ کا اخراج ہونے لگا۔

ڈاکٹر موصوف و مذکور نے آگاہ کیا کہ روزہ یا فاقہ سے علاج ماہر معالج کے مشورہ کے بغیر نہ کریں۔

روزہ اور کینسر

حال ہی میں کی گئی تحقیق کے نتیجے میں یہ حیرت انگیز انکشاف ہوا ہے کہ روزہ Cancer کی روک تھام کرتا ہے۔ یہ جسم میں کینسر کے خلیوں کی افزائش کو روکتا ہے۔ روزے کی حالت میں جسم میں Glucose کی مقدار کم ہو جاتی ہے۔ چونکہ جسم کو کسی بھی مشین کی طرح ایندھن (Fuel) کی ضرورت ہوتی ہے۔ گلوکوز کی کمی کے باعث جسم توانائی کے حصول کے لیے چربی کا استعمال کرتا ہے۔ اس عمل میں Ketone Bodies بھی پیدا ہوتی ہیں جو Protein کو چھوٹے چھوٹے ذرات میں توڑنے کا عمل روکتی ہیں۔ کینسر کے خلیوں کو اپنی نشوونما کے لیے پروٹین کے چھوٹے ذرات کی ضرورت ہوتی ہے۔ روزے کی حالت میں ذرات کم پیدا ہوتے ہیں لہٰذا روزے کی حالت میں کینسر سے تحفظ ملتا ہے۔ (عبادات اور جدید میڈشکل سائنس)

روزہ اور سرجن کا نقطہ نظر

پروفیسر ڈاکٹر محمد ولی الدین نے ایک سرجن کی حیثیت سے روزہ کے بارہ میں اپنا نقطہ نظر واضح کیا۔

ڈاکٹر صاحب لکھتے ہیں کہ یہ بات تو سب پر روحانی ہی نہیں بلکہ جسمانی ڈسپلن کی وجہ سے روزے کی افادیت صحت کے لیے انتہائی اہمیت کی حامل ہے۔ روزمرہ میں ہم جو معمول کی غذا کھاتے ہیں وہ ہضم ہو کر خون میں جذب ہو جاتی ہے۔ جذب شدہ غذائی اجزاء ایندھن کا کام کر کے توانائی کے حرارے پیدا کرنے میں عمل تکسید (Oxidation Calories) پیدا ہوتے ہیں جس سے جسم کی بنیادی ضروریات (Metabolic Needs) اور دیگر کارحیات مثلاً چلنا پھرنا' دوڑنا وغیرہ تکمیل پاتے ہیں۔ احتراق یعنی Combustion سے بچ رہنے والے جذب شدہ غذائی اجزاء جسم کے مختلف ذخائر میں شامل ہو جاتے ہیں جو زیادہ تر چربی اور گلائیکوجن (Glycogen) پر مشتمل ہیں۔

چربی پورے جسم میں پھیلی ہوتی ہے خصوصاً زیر جلد عضلات اور پیٹ میں جمع ہوتی ہے۔ اگر یہی چربی حد اعتدال سے تجاوز کر جائے اور ان ذخائر میں اضافہ ہو جاتا ہے جو Obesity اور دیگر بہت سے امراض کی Root Cause تصور کی جاتی ہے۔

روزہ کی حالت میں جسم کی چربی کے ذخائر متحرک ہو کر جل اٹھتے (Combust) ہیں تاکہ جسم کو ضروری توانائی حاصل ہو سکے۔ اس طرح جسم کی فاضل چربی کام آتی یعنی تحلیل ہونا شروع ہو جاتی ہے جس سے فربہی یا موٹاپا کم ہو جاتا اور بہت سے ایسے امراض جو چربی کی زیادتی سے پیدا ہوتے ہوں ان کے Chances معدوم ہو جاتے ہیں یعنی ہم یوں کہہ سکتے ہیں کہ

"The fast is refind way of dieting"

موٹاپا سے پیدا ہونے والے امراض

مرارہ یا پتہ کے امراض

فربہی (موٹاپا) کے باعث عموماً التہاب مرارہ (Cholocystitis) اور پتہ کی پتھری یا حصاۃ مرارہ (Choleclithasis) ہو جاتا ہے۔

ورم لبلبہ

لبلبہ یا Pancreas کی سوجن کا ورم بھی چربی کی زیادتی کے باعث ہو جایا کرتا ہے جسے Pancreatitis کے نام سے موسوم کرتے ہیں۔

ذیابیطیس کی ظاہری پیچیدگیاں

رگیں تنگ ہونا Vascular Gangrene of Limbs

خون کی نالیوں میں چربی جمع ہو جانے سے نالیوں کی دیواریں تنگ' کمزور اور حساس ہو جاتی ہیں جو معمولی بھی خون کا دباؤ برداشت نہیں کر پاتیں اور پھٹ جاتی ہیں۔ یہ عارضہ ذیابیطس شکری (Diabetes Meltus) کی تکلیف کے شدت اختیار کر جانے یعنی پیچیدگی پیدا ہو جانے کے بعد ہوا کرتا ہے کہ ہاتھ پاؤں کی رگیں تنگ ہو جاتی ہیں اور خون کے اندرونی یا بیرونی دباؤ کے سبب پھٹ جاتی ہیں جس سے انگلیاں سیاہ ہو کر گوشت سڑ کر جسم سے علیحدہ ہونا شروع ہو جاتا ہے جسے (Gangrene) کے نام سے یاد کیا جاتا ہے۔

ہاتھ پاؤں کے اعصابی روگ

Neuropathinic Lesions of Limbs

یہ مرض بھی ذیابیطس شکری کی مزمن تکلیف میں ہوا کرتا ہے یعنی ذیابیطس کے باعث جسم بالکل بے حس ہو جاتا ہے خصوصاً پاؤں یا پاؤں کی انگلیاں بے حس ہو جاتے ہیں اور چلتے وقت جب بھی کسی چیز سے ٹھوکر لگ جانے سے پاؤں زخمی ہو جاتے ہیں ایسے زخم جلد مندمل نہیں ہوتے۔

پیٹ کی چربی

پیٹ میں زیر جلد چربی زیادہ جمع ہو جانے سے پیٹ کا اندرونی دباؤ Intra Abdominal Pressure بڑھ جاتا ہے۔ جبکہ دوسری جانب پیٹ اور چھاتی کے مابین موجود عضلاتی غلاف (Diaphragm) میں چربی جا بجا جمع ہونے سے یہ عضلات کمزور ہو جاتے ہیں اور پیٹ کی چربی باہر نکلنے لگتی ہے جسے فتق یا Hernia کہتے ہیں۔

علاوہ ازیں کسی بھی آپریشن کے وقت پیٹ کی چربی زیادہ ہونے سے اندرونی اعضاء تک رسائی کے لیے سرجن کو خاصی دقت یا دشواری ہوتی ہے۔ پیٹ کی دیوار بھی کمزور اور جراحتی فتق Incisional Hernia یا شکم شق Burst Abdomin یا رگوں میں خون جم جانا (Thrombosis) ہو جاتا ہے۔

حیدرآباد کے سرجن ڈاکٹر محمد ولی الدین نے اپنے مقالہ ''روزہ ایک سرجن کی نظر میں'' میں یہ واضح کیا ہے کہ بسیار خوری اور پیٹ پر بے جا دباؤ صحت انسانی کے لیے مضر ہوتا ہے اور اگر کسی اپریشن کی ضرورت پیش آ جائے تو پیٹ کی چربی کے باعث سرجن اور مریض دونوں کے لیے دشواری اور پیچیدگی پیدا ہو جانے کے امکان ہوتے ہیں۔ اس لیے پیٹ کی چربی کم کرنا صحت کے لیے بہت ضروری ہے۔ جس کا سب سے بہتر اور اچھا حل روزہ ہے۔ چند گھنٹے مسلسل ماکول و مشروب پر ضبط کر کے روزہ دار بہت سے امراض سے بچ سکتا ہے اور

روزہ رکھنے والا جسمانی طور پر بھی Active رہتا ہے۔

سمیت یا تعدیہ

خون میں شکر کی مقدار کی زیادتی کے باعث Immunity (قوت مدافعت) کم ہو جانے سے سمیت (Toxmia) یا تعدیہ (Infection) بہت جلد ہو جاتی ہے۔ جس سے عموماً ہاتھ اور پاؤں پہ اور بالخصوص کمر یا پشت پہ شب چراغ پھوڑا ''Daibetic Carbuncele'' نمودار ہوتا ہے۔

روزہ سے اندرونی زخموں کا اندمال

''اسلام اور میڈیکل سائنس'' کے مولف نے اپنی مذکورہ کتاب میں عرب نیوز کے شیخ حبیب کے مضمون کا اردو ترجمہ شائع کیا جس میں امریکن نیچرل سوسائٹی کے سابق صدر Dr. Jack Gold Stain نے اپنی کتاب'' Natural Diet Triumph over dieseases by fasting یعنی روزے اور فطری اغذیہ سے امراض پر قابو پانا'' میں لکھا ہے کہ روزہ جسم میں جمع شدہ سمیات (Toxin) کو (زہریلے اثرات کے عامل ہونے سے) دور رکھتا ہے۔ جو بہتر صحت کے لیے ضروری ہے۔

مختلف میڈیکل ریسرچ اور ادویات کی تحقیقات پر سالانہ 140 ملین ڈالر سے زیادہ خرچ ہو رہا ہے۔ بہت کم لوگ صحت کی حقیقتوں کی تلاش کی بجائے بیماریوں پر توجہ کر لیتے ہیں۔

ڈاکٹر گولڈ سٹین (Dr. Gold Stain) نے ایک چھ سالہ بچہ جو قرح قولوں (Ulcerative Colitis) کے باعث غانغرانہ (Gangrine) میں مبتلا تھا جس کا آپریشن ہونا لازمی اور یقینی تھا۔ تاہم اس بچے نے نہ تو آپریشن کروایا اور نہ ہی وہ مرا۔ اس بچے نے (اسلامی طریقہ پر) روزہ رکھنا شروع کیا۔

روزہ نے اس کے جسم میں ایسی کیفیت مرتب کی کہ اس کے زخم مندمل ہونا شروع ہو گئے۔ ڈاکٹر سٹین لکھتا ہے کہ فزیالوجیکل ریسٹ بافتوں کی سمیت (Toxaemia) جو مختلف عادات' ادویات سے یا پھر ہارمون (Harmone) کی Secerction کے

اضافوں سے خود طبیعت رفع کرتی رہتی ہے سردی لگنا اس کی ایک علامت ہے کہ غشائے مخاطی (Mucous Membrine) کے ذریعے اس کا اخراج ہوا کرتا ہے۔ ادویات جو بخار کم کرنے یا ناک بہنے کو روکنے کے لیے دی جاتی ہیں مداخلت کرتی ہیں۔

روزہ جسم کو اس قابل بنا دیتا ہے کہ وہ آرام کو بیماری زدہ بافتوں اور غیر طبعی بڑھوتری کو جذب کر لے۔ اس لیے کہ جسم کی قوت مدافعت اور Energy کو راہ مل جاتی ہے لیکن اس کے برعکس دیگر حالات میں وہ انرجی جو غذا کے ہضم میں صرف ہوا کرتی تھی اب متاثرہ حصوں کو مندمل کرنے کے کام میں صرف ہونے لگتی ہے۔

شریانی خون پر وضو کے اثرات

قرآن حکیم اگرچہ سائنس کی کتاب نہیں ہے تاہم غور و خوض کرنے والوں کو اس کی ہر ہر آیت مبارکہ میں سائنسی اکتشافات افشا ہوں گے۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ

یایھا الذین آمنوا اذا قمتم الی الصلوة فاغسلوا وجوھکم وایدیکم الی المرافق وامسحوا برء وسکم وارجلکم الی الکعبین وان کنتم جنبا فاطھروا

"اے ایمان والوں جب تم اٹھو (صلوٰۃ) کی ادائیگی کے لیے تو دھو لو اپنے چہرے اور اپنے بازو کہنیوں تک اور مسح کرو اپنے سروں پر اور دھو لو اپنے پاؤں ٹخنوں تک اور اگر ہو تم جنبی تو سارا (بدن) پاک کر لو۔ (سورۃ المائدہ آیت نمبر ۶)

اس آیت مبارکہ میں طہارت اور وضو کی وضاحت فرمائی گئی ہے۔ آیئے ہم اسے سائنسی تناظر سے دیکھیں کہ کس حد تک وضو کے اثرات صحت انسانی پر مرتب ہوتے ہیں۔

میڈیکل سائنس کے مطابق خون کی شریانوں کے عمل کا نظام

Blood Vascular System دو اہم حیاتیاتی اصولوں پر قائم ہے۔ پہلا اصول دل کا وہ کام ہے جس سے خون کو جسم کے تمام خلیاتی ریشوں بلکہ جسم کے ایک ایک خلیہ (Cell) تک پہنچاتا ہے۔

دوسرا اصول جسم میں مستعمل خون کو دل تک واپس لاتا ہے اگر ایک دفعہ خون کی یہ

آمدورفت منتشر ہو جائے تو خون کا انقباضی دباؤ (Diastolic) بڑھ جاتا ہے۔

ڈائسٹا لک پریشر دل کی دھڑکن کا وہ عمل ہے جس سے دل کا پٹھہ کھنچاؤ کے بعد ڈھیلا پڑتا ہے۔ دل شریانوں سے واپس آنے والے خون سے دوبارہ بھر جاتا ہے۔ خون کے اس دباؤ کے بڑھنے سے بڑھاپے کے عمل میں تیزی آ جاتی ہے۔ بلکہ یوں کہنا بے جا نہ ہوگا کہ اجل کی آمد کی رفتار میں بھی اضافہ ہو جاتا ہے۔

انسانی صحت کا دارومدار اس بات پر بھی ہے کہ وریدوں اور شریانوں کی کارکردگی بہت اچھی ہو یعنی خون دل کی بافتوں (Tissues) تک پہنچے اور پھر بال سے باریک بافتوں (Capillries) سے خون دوبارہ دل تک پہنچے۔ اگر ان شریانوں کی لچک کم ہو جائے تو دل پر دباؤ بڑھ جاتا ہے۔ ماہرین ہمیشہ ایسے طریقوں کے متلاشی رہے ہیں جن سے شریانوں کے اس زوال یا انحطاط کو روکا جا سکے۔ ہماری روزمرہ کی زندگی میں ایک خاص چیز ایسی ہے جو ایک طرح سے خون کی نالیوں کو متبادل طریقے سے پھیلنے اور سکڑنے کے عمل کے ذریعے ورزش مہیا کرتی ہے وہ خاص چیز ہے پانی۔ پانی جو درجہ حرارت کا اتار چڑھاؤ پیدا کرتا ہے۔ خون کی ان نالیوں کو جو دل سے فاصلے پر ہوتی ہیں کھول کر یا کشادہ کر کے لچک اور طاقت مہیا کرتا ہے۔ ورزش کا یہ عمل ان غذائی چیزوں کو جو نسوں میں خون کی سست گردش کی وجہ سے جم جاتی ہے دوبارہ خون کی گردش میں شامل کر دیتا ہے اور یہ عمل درجہ حرارت میں تبدیلی کی وجہ سے ممکن ہوتا ہے۔

جدید میڈیکل ریسرچ سے معلوم ہوا ہے کہ خون کی گردش کرتے ہوئے سرخ خلیوں کے ساتھ ساتھ سفید خلیوں کو گردش میں رکھنے والا نظام امراض کے دفاع (Immunity) میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ یہ بھی معلوم ہوا ہے کہ حدت و برودت (حرارت و ٹھنڈک) ہمارے جسم کے اس دفاعی نظام پر اثر انداز ہوتی ہیں۔ عام نزلہ زکام میں کسی متعدی بیماری کا لگ جانا ظاہر کرتا ہے کہ سکڑنے کی وجہ سے محفوظ رکھنے والا مادہ مناسب مقدار میں اس مقام تک پہنچ سکا جہاں سے جسم پر نقصان دہ جرثومے یا خلیے حملہ آور ہوتے ہیں۔ مسلمان محققین نے تحقیق و جستجو کے بعد یہ ثابت کیا ہے کہ پانی جسم میں امراض کے خلاف ڈھال کا کام کرتا ہے اور وضو سے تقویت حاصل ہوتی ہے۔ جس میں بیماریوں کے خلاف تحفظ دینے والے نظام کو تحریک دینے کے لیے مرکزی مقام وہ جگہ ہے جو ناک کے پیچھے اور نتھنوں میں

ہوتا ہے۔ ان مقامات کا دھونا وضو میں بطور خاص شامل ہے۔ گردن کے دونوں طرف وضو کے ذریعے تحریک پیدا کرتا ہے۔ تحفظ دینے والے لمفی نظام (Lymphtic System) کو بروئے کار لانے میں بے حد اہم ہے۔ جسم انسانی کے سب سے طاقتور اور جنگجو خلیے ''Lymphtic'' جسم کے ہر مقام پر ایک دن میں دس مرتبہ گردش کرتے ہیں اور اگر ان کی مڈبھیڑ یا تصادم کسی جرثومے یا کینسر کے خلیے سے ہوتی ہے تو انہیں فوراً تباہ کر دیتے ہیں۔ ہم وضو کر کے اس نظام کو مزید تقویت پہنچاتے ہیں۔ جب کبھی کبھار دوران خون میں کسی قسم کا نقص ہوتا ہے تو وضو کرنے کی عادت سے یہ رد ہو جاتا ہے۔ تحقیق سے یہ بات بھی ثابت ہوئی ہے کہ وضو کرنے سے چہرے پر قبل از وقت جھریاں (Wrinkles) نہیں پڑتیں۔

پاکیزگی اور میڈیکل سائنس

ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ

''لوگ جو محبت رکھتے ہیں صفائی اور پاکیزگی سے اور اللہ دوست رکھتا ہے پاک رہنے والوں کو۔'' (التوبہ ۱۰۸)

ایک اور مقام پہ ارشاد ہوا۔

''بے شک اللہ توبہ کرنے والوں سے محبت رکھتا ہے اور پاک صاف رہنے والوں سے محبت رکھتا ہے۔'' (البقرہ ۲۲۲)

اسلام نے طہارت کو جز و ایمان ہی نہیں بلکہ نصف ایمان کہا ہے۔ ارشاد نبویؐ ہے۔

الطهور شطر الايمان (مسند احمد)

صفائی اور پاکیزگی کے علمی اور دینی پہلوؤں سے قطع نظر عملی طور پر اگر ہم اپنے معاشرے کا بنظر غائر مطالعہ کریں تو ہمیں کچھ ایسے تعلیم یافتہ ماڈرن افراد نظر آئیں گے جو جسمانی طہارت کا خیال نہیں رکھتے۔ اگر چہ وہ بظاہر خوش پوش ہوتے ہیں لیکن پیشاب کرنے یا رفع حاجت کے بعد استنجا نہیں کرتے یعنی طہارت کے لیے پانی کا استعمال نہیں کرتے بلکہ صرف ٹائیلٹ ٹشو (Toilet Tissue) پر ہی اکتفا کرتے ہیں یا کھڑے ہو کر پیشاب کرتے ہیں جس سے پیشاب کے چھینٹے کپڑوں پر پڑتے ہیں۔ نیتجتاً کپڑے اور جسم دونوں ناپاک ہو جاتے ہیں۔ اس کے برعکس ایسے کم لکھے پڑھے اور سیدھے سادے افراد بھی نظر آئیں گے جو عقل اور دانش کی بات کرتے ہیں جن کی سوچ، خیالات اور رہن سہن میں پاکیزگی ہوتی ہے۔ پاکیزگی اور صفائی کا نفسیاتی پہلو یہ ہے کہ ذہن صاف اور

پاک رہنے کے رجحان کے زیر اثر جسم کو پاک اور صاف رکھے گا۔

دن میں پانچ بار وضو اور استنجا ایک عظیم فلسفے کے حامل ہیں۔ آئے دن نئے نئے امراض رونما ہو رہے ہیں جن کا سبب عدم طہارت ہے۔ مغربی معاشرہ میں طہارت کا تصور نہیں۔

گزشتہ دنوں راقم محترم پروفیسر انور جمیل صاحب کے ہاں ملنے کے لیے گیا تو انہوں نے اپنے ایک دوست کی روایت بیان کی جو عرصہ دراز سے برطانیہ میں مقیم ہیں کہ برطانیہ میں استنجا کرنے کا تصور نہیں یعنی وہ لوگ پانی کی بجائے Toilet Tissue استعمال کرتے ہیں جس سے غلاظت اچھی طرح صاف نہیں ہوتی اور غلاظت جسم کی شکنوں میں پھنس کر تعفن (Infection) کا باعث بنتی ہے اور یہی سبب ہے کہ آج کل برطانیہ میں Rectom Cancer بسرعت پھیل رہا ہے۔

ٹشو پیپر کی تیاری میں کئی کیمیکل استعمال ہوتے ہیں جن میں سے کچھ ایسے مہلک اور ضرر رساں ہیں جو بہت سے جلدی امراض پیدا کرنے کے ذمہ دار ہیں اور جلد کی رنگت کی تبدیلی کے امراض پیدا ہونے کا احتمال موجود ہوتا ہے۔

جلدی امراض اور شرم گاہ کے کینسر کے مریضوں کی بڑھتی ہوئی تعداد کے باعث ماہرین اس بات پر متفق ہوئے کہ ٹائیلٹ ٹشو کا استعمال کرنا اور پانی کا استعمال نہ کرنا مہلک امراض کا بنیادی سبب ہے۔

ڈھیلے سے استنجا

ہمارے دیہی علاقوں میں عموماً Out door Toilets ہوتے ہیں۔ لوگ استنجا کے لیے مٹی کے ڈھیلے استعمال کرنے کے بعد پانی سے استنجا کرتے ہیں اور انہیں کبھی Rectom Cancer نہیں ہوا۔

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ جب تم میں سے کوئی رفع حاجت کے لیے جائے تو اپنے ساتھ تین پتھر (یا ڈھیلے) لے جائے کہ ان سے استنجا کرے پس یہ کافی ہوں گے۔ (مشکوٰۃ شریف بحوالہ مسند احمد، ابوداؤد، نسائی)

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم جب بیت

الخلاء جاتے تو میں آپ کے لیے پیالہ یا (چمڑے کی) چھاگل میں پانی لاتا آپ اس سے استنجا کرتے پھر ہاتھ کو زمین پر رگڑتے پھر میں دوسرا پانی لاتا اور آپ وضو فرماتے۔

(معارف الحدیث' مشکوۃ بحوالہ ابوداؤ)

مذکورہ بالا احادیث میں مٹی کا تذکرہ بطور خاص ہوا۔ جدید سائنسی تحقیق یہ ہے کہ مٹی میں نوشادر (Ammonium chloride) اور دافع تعفن اجزاء Antic Septic ہوتے ہیں چونکہ انسانی فضلات میں ایسے لاتعداد جراثیم ہوتے ہیں جو جلد انسانی پر اگر کچھ دیر لگے رہیں تو جلد پر زخم اور انفیکشن ہو جاتا ہے۔ جنہیں کئی جلدی امراض کی اساس کہا جا سکتا ہے۔

ڈاکٹر ہلوک نورباتی لکھتے ہیں کہ ڈھیلے کے استعمال سائنسی اور تحقیقی دنیا کو ورطہ حیرت میں ڈال رکھا ہے کیونکہ مٹی کے تمام اجزاء جراثیموں کے قاتل ہیں۔ جب ڈھیلے کا استعمال ہوگا تو پوشیدہ اعضاء پر مٹی لگنے کی وجہ سے ان پر بیرونی طور پر لگے تمام جراثیم مرجائیں گے بلکہ تحقیقات نے یہ ثابت کر دیا ہے کہ مٹی کا استعمال شرم گاہ کے کینسر سے بچاتا ہے۔

پانی سے استنجا

ہارلے سٹریٹ لندن کے ڈاکٹر کینن ڈیوس نے پوری یورپی قوم کو اس بات سے باخبر کیا کہ اگر تم اس طرح زندگی گزارتے رہے تو پھر شرم گاہ کے کینسر' ناصور مقعد (Festula) جلدی انفیکشن اور بہت سے وائرس کے امراض کے لیے تیار ہو جاؤ۔ پانی کائنات کی عظیم نعمت ہے یہ ہر غلاظت کو طہارت میں تبدیل کر دیتی ہے۔ اسلام نے نظام طہارت کو اتنا واضح اور پاک بنا دیا ہے کہ اس میں کسی کو کیا ہمارے لیے واضح دعوت عمل ہے۔

پیشاب سے جسم کو بچائیں

مستشرق ڈاکٹر جانٹ ملن کا کہنا ہے کہ میرے پاس رانوں کی خارش' پھنسوں' پیڑو کی جلد کا ادھڑنا' سرینوں اور اس کے اطراف کی حساسیت (Allergy)۔ عضو مخصوص کے زخم کے جب مریض آتے ہیں تو میرا ان سے پہلے سوال یہی ہوتا ہے کہ کیا وہ پیشاب سے بچتے

ہیں (یعنی اپنے جسم کو پیشاب لگنے سے بچاتے ہیں) ان میں اکثر پیشاب سے نہیں بچتے اور پھر لاعلاج مرض لے کر میرے پاس آتے ہیں۔

ڈاکٹر موصوف کا کہنا ہے کہ اسلام پاکیزگی اور صفائی کا مذہب ہے۔ تمام مذاہب اس سے اپنی پاکیزگی اور صفائی کا باب پورا کرتے ہیں۔ اگر کسی جسم پر پانی لگائے بغیر اس کو صاف کیا جائے تو تجربات سے ثابت ہے کہ وہ حصہ جسم کبھی بھی صاف نہیں ہوگا۔

(سنت نبوی اور جدید سائنس بحوالہ سائنس اور صحت)

تزکیۃ النفس

(Tunning of Biological Matchine)

جسم انسانی ایک حیاتیاتی مشین (Biological Matchine) ہے۔ اس بیالوجیکل مشین کے منافع الاعضاء (Phsialogy) کا مطالعہ کیا جائے تو یہ بات انتہائی آسانی سے سمجھ میں آ جاتی ہے کہ اس مشین کے اعضاء کی افادیت اور کارکردگی کیا ہے۔

جس طرح بہت سے پرزہ جات کو ایک ترتیب سے جوڑنے سے ایک مشین بنتی ہے اور ان پرزہ جات کو قابل عمل اور رواں رکھنے کے لیے گریس یا دیگر Lubricaints کی ضرورت ہوتی ہے۔ جبکہ ڈیزل یا پٹرول اس مشینری میں جل کر اسے توانائی (Energy) مہیا کرتا ہے اور یہ توانائی انرجی اس مشین کو چلاتی اور اس کے Functions کو قابل عمل بناتی ہے۔ پھر کچھ مدت کے بعد اس مشین کی صفائی (Service) یا Tunning کی جاتی ہے۔ تاکہ یہ اپنے اعمال کو بطریق احسن ادا کر پائے۔ اس کی مثال کچھ یوں ہے کہ جیسے ایک Wheat Thresher سال میں گیارہ ماہ قابل عمل نہیں ہوتی۔ اپریل کے مہینے میں جب گندم کی کٹائی کا موسم شروع ہونے والا ہوتا ہے تو سبھی زمیندار اپنے اپنے ویٹ تھریشرز کو قابل عمل حالت میں لانے یا اس کی کارکردگی (Exicution) یا افادیت (Efficacy) بڑھانے کی غرض سے اس کی Tunning یا Greasing کرتے ہیں۔ اسی ہی طرح جب گندم کی تھریشنگ اور

کپاس کی بوائی (Seed Sowing) ہو جاتی ہے تو، ٹریکٹرز کو کھلوا کر اس کی Overhauling کرائی جاتی ہے۔ تا کہ ٹریکٹرز کی افادیت اور قوت عمل پورا سال بہتر رہے۔

بالکل اسی ہی طرح حیاتیاتی مشین یعنی جسم انسانی کی مشین پہ لگے ہوئے زنگ کو اتارنے اور تزکیۃ النفس (Servising) کے لیے ماہ رمضان کے روزے اللہ تعالیٰ نے فرض فرمائے تا کہ اس مبارک مہینے میں روزے، تراویح، تہجد اور سحری و افطاری کے تربیتی کورس کی تکمیل ہو جائے اور روح (Soul) پر جمع شدہ میل کچیل دور ہو جائے اور روح شگفتہ اور طاہر ہو جائے تا کہ بقیہ گیارہ ماہ اس کی بدولت بہترین گزار سکے۔ اس لیے رمضان کے استقبال کی تیاری شعبان ہی میں شروع کر دینا چاہیے تا کہ تزکیۃ النفس کی تیاری شروع ہو سکے۔

نفسیاتی مسائل

آج کے ہنگامہ خیز دور میں ماضی کے برعکس دماغی ونفسیاتی امراض میں اضافہ ہو رہا ہے۔

سوچ اور طرز فکر تبدیل ہو گئے ہیں اور ہر شخص ہمہ وقت کسی نہ کسی گہری سوچ میں گم رفتار زمانہ سے سبقت لینے کی منصوبہ بندی کر رہا ہے دنیا کی ہر چیز کو پا لینے یا اپنے زیر اثر کرنے اور دنیا کو مسخر کرنے کے جنوں میں سازشوں میں کھویا ہوا ہے یعنی کسی بھی لمحے دماغ کو استراحت میسر نہیں۔

ہر کس و ناکس کی زبان پر ہے کہ یہ کمپیوٹر کا زمانہ ہے تو جہاں آج کے انسان نے کمپیوٹر ایجاد کیا ہے وہاں اس کا اپنا دماغ، ذہن اور سوچ کی رفتار بھی کمپیوٹر سے کہیں آگے نکل گئی ہے یعنی ہر وقت دماغ کو الجھائے رکھنا یا مبتلائے سازش رکھنا آج کے انسان کا وطیرہ بن گیا ہے اور دماغ پر بے جا بوجھ جسے Concentration کہتے ہیں یہی طرز حیات دماغی اور نفسیاتی امراض کو جنم دیتا ہے۔

حضرت مولانا اشرف علی تھانوی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ انسان روح اور جسم کا مرکب ہے۔ انسان، کائنات اور خدا ایک ہی عمل کے حصے ہیں۔ انسان کا انسان سے، انسان کا فطرت سے فاصلہ دراصل انسان کے خدا سے فاصلے کے مترادف ہے۔ اسی فاصلے اور بعد پر انسان کی ذہنی صحت مندی اور ذہنی امراض کا انحصار ہے۔ خدا سے قرب ذہنی صحت شخصی وحدت اور کائنات سے ربط کی ضمانت ہے جبکہ خدا سے دوری ذہنی امراض کا سبب ہے۔

حضرت شاہ ولی اللہ رحمۃ اللہ علیہ انسانی فطرت ''Human Nature'' کو

ذہنی امراض کی اساس لکھتے ہیں اور انسانی فطرت اور معاشرے کے حوالے سے بہت سے امور زیر بحث لاتے ہیں ان کے نزدیک سماج اور اجتماعی زندگی کا ماخذ انسان کے فطری میلانات ہیں اور انسانی نفس بہت سی منفی اور مثبت قوتوں کا مجموعہ۔

حضرت لکھتے ہیں کہ یہ قوتیں مختلف انسانوں میں مختلف درجوں پر موجود ہوتی ہیں۔
ان قوتوں سے مختلف درجوں اور خاص ترتیب پر ہی شخصیت کی نشوونما کا انحصار ہے۔ اگر یہ قوتیں باہمی طور پر برسر پیکار ہوں تو اس حالت کشمکش کو ''تجاذب'' کا نام دیا جاتا ہے اور اگر دونوں قوتوں میں عدل اور توازن اور عدم تصادم ہو تو اس حالت کو اصطلاح کہتے ہیں۔

حضرت شاہ ولی اللہ اسی اعتبار سے انسانوں میں انفرادی اختلافات کا تصور دیتے ہیں۔

ذہنی مرض ایک وسیع مفہوم میں فرد کا اپنی ذمہ داریوں سے فرار قرار دیا جاسکتا ہے۔
قرآن حکیم نے عدم تعلق، شک انتشار اور حسد کو امراض کے طور پر بیان کیا ہے۔ قرآن حکیم مزید اس کی وضاحت کرتا ہے کہ یہ بیماری دوسرے انسانوں اور خدا کو دھوکہ دینے کا رجحان ہے لیکن حقیقت یہ ہے کہ انسان اپنی ذات کو دھوکہ دیتا ہے۔ اس کا علاج یہ ہے کہ دھوکہ دینے والے کو یہ شعور دیا جائے کہ وہ اپنی ذات کو دھوکہ دے رہا ہے۔

ابن مسکویہ نے انسانی ہیجانات اور جذبات پر مفصل بحث کی اس کے نظریہ کے مطابق غصہ ایک ایسی ذہنی حالت ہے جس کا تسلسل ذہنی عدم توازن کو جنم دیتا ہے۔ غصے کی زیادتی انسان کی شخصی اور معاشرتی زندگی کو منتشر کر دیتی ہے۔ فرد رفتہ رفتہ دوسرے انسانوں سے کٹ کر رہ جاتا ہے جس کا نتیجہ اضمحلال اور اس پر مبنی دوسری پیچیدگیوں کی صورت میں نکلتا ہے۔

زکریا رازی اور امام غزالی نے بھی غصے کے ہیجان پر زور دیا ہے۔ ان کے نزدیک یہ ہیجان انتہائی مہلک ہے جو کہ ذہنی فساد کی صورت اختیار کر لیتا ہے۔
مسلم مفکرین نے اس جذبے پر ضبط قائم کرنے کی ضرورت پر زور دیا ہے۔

نفسیاتی امراض

معروف کیمیادان، ماہر طبیعات ونفسیات اور فلسفی زکریا رازی کا نظریہ یہ ہے کہ ذہنی امراض کے ذیل میں دس امراض ہوا کرتے ہیں۔

دنیاوی محبت اور لذت پسندی Carnal Love & Pleasure

رازی کے نظریہ کے مطابق انسان کے بہت سے پیچیدہ نفسیاتی مسائل کا ایک سبب دنیاوی محبت بھی ہے۔ یہ محبت جہاں فرد میں تحریک کا باعث بنتی ہے وہاں بعض اوقات وہ فرد کی شخصیت کے استحکام کے لیے خطرہ بھی ثابت ہوتی ہے۔ اس سے متاثر ہونے والے اشخاص کی طبائع میں عموماً بزدلی، شہوت پسندی اور بے کاری کے عناصر ہوتے ہیں۔ اس موضوع پر زکریا رازی نے سیر حاصل بحث کی ہے۔ آخر میں جو خوبصورت بات کی ہے وہ یہ ہے کہ ''شناسائی کی نوعیت حادثاتی ہوتی ہے جو کہ طویل رفاقت کا نتیجہ ہے۔ اس کے ساتھ ہی محبوب کے جدا ہو جانے کا مستقل خوف وابستہ ہے جو کہ وقت گزرنے کے ساتھ بڑھتا چلا جاتا ہے'' ایسے اشخاص جو دنیاوی محبت میں مبتلا ہوں انہیں دنیا کی محبت کی بجائے مذہب کی محبت اور آنے والی زندگی (زندگی بعد از موت) سے محبت کی ترغیب دی جائے اور اسے یہ بار بار Remind کرایا جائے کہ اس مجازی محبت (دنیاوی محبت اور دنیاوی لذت پسندی) کے باعث کہیں تو حقیقی محبت یعنی مذہب سے روگردانی، نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی محبت اور خدانخواستہ اللہ سے ہی دوری نہ ہو جائے۔ جب اس کے دل میں یہ احساس بیدار ہو جائے گا کہ دنیاوی لذتیں سیراب ہیں ایسا کرنے سے (خدا نہ کرے) اللہ تعالیٰ اور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم سے مستقل جدائی ہو سکتی ہے۔ جدا ہو جانے کے مستقل خوف کا احساس ہوگا تو ایسا شخص خود ہی مذہب کی طرف راغب ہوگا۔

خود پسندی Conceit

خود پسندی کا جذبہ ہر شخص میں فطری طور پر موجود ہوتا ہے۔ انسان اپنی ہر خوبی کی تعریف و تحسین چاہتا ہے جبکہ اپنی خامی یا برائی کے بارے میں ناپسندیدگی سے فرار حاصل کرتا ہے۔ اگر انسان کسی دوسرے فرد کی خوبی کو سراہے اور برائی کو ناپسند کرے تو خود کو ایسا کرنے میں حق بجانب خیال کرتا ہے۔ فرد کی دوسرے سے متعلق صحیح رائے خود اسے اپنے کردار کو تعصب کے بغیر دیکھنے پر آمادہ کرتی ہے لیکن فرد کا یہ رویہ اس وقت تکبر اور خود پسندی میں تبدیل ہو جاتا ہے جب وہ اپنی معمولی خوبی کو غیر معمولی تصور کرتا ہے اور دوسروں سے تعریف و تحسین پر مبنی رویے کی تمنا کرتا ہے۔

خود پسندی جیسی نفسیاتی بیماری فرد کی ذہنی و جسمانی نشوونما اور تکمیل کے راستے میں رکاوٹ ثابت ہوتی ہے۔ انسان جس خوبی کے بارے میں تکبر کا شکار ہوتا ہے اسی صلاحیت کا زوال شروع ہو جاتا ہے۔ اس کا سبب یہ ہے کہ فرد جب اپنی کسی خوبی کو عظیم گردانتا ہے تو اس خوبی کو بہتر بنانے پر توجہ نہیں دیتا اور نہ ہی دوسرے لوگوں سے کچھ سیکھنے کی کوشش کرتا ہے یعنی جب وہ کسی چیز کو بہتر بنانے یا مزید حصول کی خواہش چھوڑ دیتا ہے تو اس کی اصل خوبیوں میں کمی واقع ہو جاتی ہے۔ اس کی ترقی و تعمیر کا عمل رک جاتا ہے۔

حسد Envy

حسد جیسی روحانی بیماری حرص و لالچ سے جنم لیتی ہے۔ حسد کا شکار انسان دوسرے انسانوں کے نقصان پر خوشی اور فائدے پر رنج محسوس کرتا ہے۔ وہ ان لوگوں کے لیے بھی حسد کا شکار ہوتا ہے جنہوں نے اسے کبھی کوئی ایذا نہیں پہنچائی ہوتی۔ تاہم حسد افسوس ناک حد تک نقصان دہ بیماری ہے۔ بعض لوگ حسد سے مراد ایسی حالت لیتے ہیں جس میں کسی دوسرے شخص کی کامیابی سے حاسد کی ناکامی یا کوئی تکلیف وابستہ ہوتی ہے۔ ابوبکر زکریا رازی کے خیال میں حسد کی یہ تعریف غلط ہے بلکہ حسد سے مراد یہ ہے کہ انسان بغیر کسی تکلیف و نقصان کے دوسرے لوگوں کے بارے میں حسد کا شکار ہو۔

غصہ Anger

غصہ اس چیز سے بدلہ لینے کا ایک ذریعہ ہے جو کہ نقصان پہنچانے کا باعث بنتی ہے۔ جب یہ رجحان اپنی مناسب حدود سے تجاوز کر جاتا ہے تو فرد وقتی طور پر عقل سے محروم ہو کر (یعنی غصہ کا عقل پر غلبہ ہو جاتا ہے) شدید ردِ عمل کا اظہار کرتا ہے۔ جو کہ نہ صرف اس چیز کے لیے نقصان دہ ہوتا ہے بلکہ اس کے اپنے لیے بھی۔ رازی انتہائی غصے کی حالت کو انتہائی جانوروں کے وحشی پن سے تشبیہ دیتا ہے۔ غصے کی حالت میں انسان عقل سے بیگانہ ہو جاتا ہے۔ ایسی حالت میں وہ کچھ بھی کر سکتا ہے۔

مبالغہ آرائی Mendacity

مبالغہ آرائی یا دروغ گوئی ان انتہائی کرداری برائیوں کے زمرے میں آتی ہے جو کہ جذبات کی پیداوار ہیں۔ ایک عقل مند انسان اپنے جذبات اور خواہشات کو ان حالات میں کبھی آزاد نہیں کرتا جن میں اسے کسی قسم کی پریشانی، تکلیف یا دکھ جیسے نتائج کا سامنا ہو۔ ایک دروغ گو شخص کو ان تمام نتائج کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ دروغ گوئی کا ایک مقصد فرد میں بالادستی کی خواہش ہے۔ اس کا شکار انسان دوسروں میں ممتاز نظر آنے کے لیے مختلف قسم کی جھوٹی معلومات اور بیانات کا سہارا لیتا ہے۔ وہ لوگوں کو باور کرانے کی کوشش کرتا ہے کہ وہی ایک شخص ہر چیز سے آگاہ اور نہایت باخبر ہے۔ رازی کا کہنا ہے کہ عادی دروغ گو عموماً بے نقاب ہو جاتے ہیں کیونکہ بعض اوقات وہ خراب اور غیر صحت مند یادداشت کی بنا پر خود کو جھٹلا دیتے ہیں۔ کیونکہ

دروغ گو حافظہ نہ باشد

یا پھر مخاطب اس بات سے آگاہ ہوتا ہے کہ جو بات وہ بیان کر رہے ہیں دراصل حقیقت اس کے برعکس ہے۔

تشویش و فکر مندی Anxiety and Worry

تشویش دراصل روح عقلی کے وظیفے کی زیادتی سے عبارت ہے۔ رازی کے نزدیک

یہ رجحانات اتنے تکلیف دہ اور مضر نہیں ہوتے حتیٰ کہ ان میں زیادتی نہ پائی جائے۔

ایک معاملہ فہم انسان مصیبت کے وقت صورت حال کا مناسب جائزہ لیتا ہے اور بغیر پریشانی یا تشویش کے اسے حل کرنے کی کوشش کرتا ہے جس سے اسے نہ صرف مسئلہ حل کرنے میں مدد ملتی ہے بلکہ اس کی ذہنی و جسمانی صحت بھی متاثر نہیں ہوتی۔ اس کے برعکس تشویش کی زیادتی فرد کے جسم میں کمزوری پیدا کرتی ہے اور ذہنی طور پر انتہا درجے کی مایوسی پیدا کرتی ہے۔ نتیجتاً انسان چند ہی دنوں میں بیمار پڑ جاتا ہے اور اپنے مقصد یا مسئلہ کو حل کرنے میں ناکام رہتا ہے۔ زیادہ حساس لوگ زیادہ تشویشی طبیعت کے حامل ہوتے ہیں۔

رازی اس بات کی تلقین کرتا ہے کہ فرد میں تشویش کی ایک مناسب اور معتدل سطح کا موجود ہونا ضروری ہے۔ کیونکہ اس امر کی موجودگی انسان میں تحریک کا باعث بنتا ہے لیکن اس کی زیادتی یقیناً انسان کے لیے مضر ہے۔ چنانچہ اگر ہم کسی مقصد کو حاصل کرنے کا عزم رکھتے ہیں تو ہمیں اپنی فکرمندی اور تشویش کو اعتدال پر رکھنا چاہیے۔ تاکہ ہم اپنے مقصد کو بغیر کسی کمزوری یا زیادتی کے حاصل کر سکیں۔

غم Grief

جب کسی شخص کی کوئی قیمتی چیز یا انتہائی قریبی شخص جدا ہوتا ہے تو اس شخص میں یہ امر ذہنی کوفت اور غم کا سبب بنتا ہے۔ یہ امر اسے ذہنی امراض کی طرف لے جا سکتا ہے۔ اس کی جسمانی صحت کو تباہ کر سکتا ہے اور اس کی سوچنے اور سمجھنے کی صلاحیتوں کو ناکارہ بنا سکتا ہے۔ چنانچہ انسان کے لیے ضروری ہے کہ وہ غم سے نجات حاصل کرے جس کی دو صورتیں اختیار کی جا سکتی ہیں۔ ایک صورت یہ ہے کہ ایسی پیش بندی کی جائے کہ غم انسان پر غلبہ حاصل نہ کر سکے اور اگر اس کا انسان پر اثر ہو تو وہ انتہائی خفیف ہو۔ دوسری صورت یہ کہ اگر انسان غم کا شکار ہو جائے تو اسے چاہیے کہ وہ اس سے چھٹکارا پانے کی ہر ممکن کوشش کرے۔ اس ضمن میں رازی اس بات پر زور دیتا ہے کہ اس شخص کے ذہن میں یہ تصور راسخ کیا جانا چاہیے کہ جو چیز دنیا میں موجود ہے وہ فانی ہے اور کسی نہ کسی لمحے ہم سے جدا ہو سکتی ہے۔ دنیا کی کسی چیز کو دوام و ثبات حاصل نہیں۔ انسان جب ان فانی اشیاء سے اپنی ذات کو مکمل طور پر وابستہ کر لیتا ہے تو درحقیقت وہ اپنے لیے غم کا سامان پیدا کر رہا ہوتا ہے۔

غیر معقول اشتیاق اور فضول حرکات و رسوم

Excessive Fondness and Trifling and Ritual

رازی کے نظریے کے مطابق بعض لوگوں کا کردار غیر معقول اشتیاق اور فضول حرکات پر مبنی عادات کا حامل ہوتا ہے۔ یہ ایک قدرتی امر ہے کہ ایک ذہین آدمی جب یہ دیکھتا ہے کہ کوئی شہوت اس کے عقلی فیصلوں پر غالب آنے کی کوشش کر رہی ہے تو وہ غصے میں آتا ہے اور غرور اور شرمندگی سے اثر پذیر بھی ہوتا ہے۔ اکثر غیر حاضر دماغی رہتی ہے جس کے باعث یعنی غیر حاضر دماغی اور خراب یادداشت کے باعث اس عادت کو دہرایا جاتا ہے۔

فضول رسوم سے مراد وہمی کردار (Obsessional Behaviour) ہے جس کی بنیاد انسان کے جذباتی اور غیر معقول عناصر ہیں۔

معاشی عوامل اور ذہنی صحت

Economic Factors and Mental Health

انسانی زندگی معاشرتی تعلقات سے عبارت ہے۔ یہ تعلقات باہمی تعاون پر استوار ہیں۔ معاشرے کے افراد کو مختلف امور تفویض کیے گئے ہوتے ہیں۔ ان امور کی بجا آوری میں ایک فرد دوسرے کے نا کام آ رہا ہوتا ہے اور دوسرے افراد اس کے کام آ رہے ہوتے ہیں۔ یہ خالصتاً انسانی معاشرت سے وابستہ ہے۔ معاشرے کے ہر فرد کی زندگی کے کچھ لازمی تقاضے ہوتے ہیں جنہیں انسان کی بنیادی ضروریات کہا جاتا ہے جن کا پورا ہونا لازمی ہوتا ہے۔

رازی کے خیال کے مطابق معاشی اور معاشرتی حوالے سے فرد کی زندگی متوازن ہونی چاہیے۔ یعنی ادائیگی فرض اور حصول و طلبی حقوق میں توازن ہونا چاہیے اور فرد کو اس کی محنت کا صلہ اس کی ضروریات کے مطابق ملنا چاہیے۔ اگر اس کی محنت کا صلہ یا معاوضہ اسے ملنے کی بجائے وہ تمام مفادات کسی اور کے حق میں جا رہے ہوں تو عدم توازن کا یہ احساس

اس کی ذہنی صحت مندی کو متاثر کر سکتا ہے۔

موت کا خوف Fear of Death

موت کے خوف سے کوئی شخص قطعی طور پر آزاد نہیں ہوتا۔ تاوقتیکہ اس کے ذہن میں یہ خیال جاگزیں نہ ہو کہ آئندہ زندگی میں موجودہ سے بہتر زندگی ملے گی۔ ایک کرداری بیماری کے حوالے سے موت کی وضاحت یہ ہے کہ یہ فرد میں بزدلی اور کم ہمتی پیدا کرتی ہے۔ فرد موت کے خوف سے ایسے کام کرنے پر بھی آمادہ ہو جاتا ہے جو اسے انسانیت کے درجے سے گرا دیتے ہیں۔ ایسی بیماری یا ایسی کیفیت اس شخص اور اس کے خاندان بلکہ اس کے مذہب اور وطن سے وابستہ زندگی کو شدید نقصان پہنچانے کا سبب بنتی ہے۔

ذہنی امراض

(Mental Disorder)

گزشتہ صفحات میں محمد ابو بکر زکریا رازی کے نظریہ کے مطابق دس نکات یا دس روحانی امراض کو واضح کیا گیا جن کے باعث انسان معاشرے اور مذہب سے دور ہو جاتا ہے۔ ایسا شخص انتہائی خطرناک ثابت ہو سکتا ہے۔

عصر حاضر میں چند ذہنی امراض زیادہ رونما ہو رہے ہیں جن کی تفصیل حسب ذیل ہے۔

ذہنی سکون

بہت سے افراد بظاہر پرسکون اور مطمئن نظر آتے ہیں لیکن اندر سے وہ کبیدہ خاطر ہوتے ہیں۔ دراصل ایسے اشخاص کا مطالعاتی جائزہ لیا جائے تو عموماً ایسے لوگ خدا اور احکامات خداوندی سے دور ہوتے ہیں۔ باوجود اس کے کہ وہ یہ جانتے بھی ہیں کہ اللہ کا ذکر دلوں کو اطمینان بخشتا ہے مگر پھر بھی خیالات کے تانوں بانوں میں الجھے رہتے ہیں اور انہیں اس بات کا بھی علم ہوتا ہے کہ ذہنی یکسوئی تندرستی کے لیے ضروری ہے مگر ہمہ وقت ہوا کے

دوش پہ سوچوں کے گھوڑوں کو رواں رکھنے اور مسلسل پریشان رہنے سے بہت سے امراض دامن گیر ہوتے ہیں اور یوں توانائی کے زیادہ مقدار میں خرچ ہونے سے قوت مدافعت (Immunity) کمزور پڑ جاتی ہے۔ قوت اعصاب میں اضمحلال آ جاتا ہے۔ دماغی افعال سست پڑ جاتے ہیں۔ جملہ قوت حافظہ کمزور پڑ جاتی ہے۔ چونکہ اس سے جملہ قوئی متاثر ہوتے ہیں۔ اس لیے قوت فیصلہ کم ہو جانے کی بنا پر اکثر ناکامیوں کا منہ دیکھنا پڑتا ہے۔

ذہنی فتور Psychosis

اس نفسیاتی مرض ''سائیکوسس'' میں زندگی پہ جمود کی سی کیفیت طاری ہو جاتی ہے۔ ہر کام اور ہر معاملہ میں منفی سوچ میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ یعنی ہر معاملے میں وہ Negative انداز سے سوچتا ہے۔ مریض تنہائی پسند، عزیز واقارب سے قطع تعلق اور قریبی رشتہ داروں اور دوستوں سے ملنے کی بجائے چھپ جانا اور اپنے آپ کو اپنے ہی گھر میں غیر محفوظ سمجھنا وغیرہ۔

شیزوفرینیا Schezophrenia

شیزوفرینیا ایک نفسیاتی عارضہ ہے۔ اس ذہنی کیفیت میں مریض کے شعور پر لاشعور کا اتنا دباؤ ہو جاتا ہے کہ حقیقت کو نظر انداز کر کے خواب وخیال کی دنیا میں کھوئے رہنے کا عادی ہو جاتا ہے۔ ماورائی چیزیں نظر آنے لگتی ہیں۔ اپنے آپ کو سایہ کی صورت میں اڑتا ہوا محسوس کرتا ہے اور اڑنے کی کیفیت میں لذت کے حصول کے لیے بلند و بالا عمارتوں سے چھلانگ لگا دیتا ہے۔ جب اس کی سماعت پر ماورائی حواس کا غلبہ ہوتا ہے تو اسے دور پرے کی آوازیں سنائی دیتی ہیں۔ خیالی دنیا میں خود کو مقید کر لیتا ہے۔ کبھی منفی جذبات کا اتنا اثر قائم ہو جاتا ہے کہ بھیانک مناظر دیکھ کر رونے لگتا ہے۔ حواس میں ایک عجیب انتشار پیدا ہو جاتا ہے۔ کبھی بہت ہوشیار، مستعد، ذہین آدمی کے روپ میں دکھائی دیتا ہے تو کبھی مخبوط الحواس اور Senseless کے روپ میں نظر آتا ہے اور پھر بے ربط، بے مقصد اور اخلاق سوز گفتگو کرتا ہے۔

مینیا Mania

یہ دیوانگی ''پاگل پن'' کی قسم ہے۔ اس عارضہ میں ام الدماغ یا دماغ کی جھلی (Meninges) کے اندر رو کا ہجوم ہو جاتا ہے۔ چونکہ ان کے نکلنے کا راستہ نہیں ہوتا لہٰذا دباؤ کی بنا پر خلیوں کے اندر کی دیواریں ٹوٹ پھوٹ کا شکار ہو جاتی ہیں اور کہیں کہیں سے راستہ کھل جاتا ہے۔ یہ ضروری نہیں ہے کہ خلا قطعی نہ ہو۔

ام الدماغ میں جب ایسا خلا ہو جاتا ہے تو خلیوں میں ایک سمت رو کا تصرف بڑھ جاتا ہے۔ حتیٰ کہ وہ خلیے کسی قسم کی یادداشت سے خالی ہو جاتے ہیں جسے Demensia کہا جاتا ہے۔ بار بار یاد کرنے سے باتیں یا واقعات یاد نہیں آتے۔ دوسری طرف رو کا ہجوم اس قدر بڑھ جاتا ہے کہ دماغ اپنا کام چھوڑ دیتا ہے۔ اس طرح خلیوں میں جو طبعی ترتیب ہونا چاہیے وہ نہیں رہتی۔ اس میں عجیب بات یہ ہے کہ مریض میں توانائی (Energy) اتنی بڑھ جاتی ہے کہ انہیں زنجیروں میں جکڑنا پڑتا ہے اور مریض کا جس کام کی طرف رجحان ہو جائے اسی طرف لگا رہتا ہے۔ مثلاً اگر بولنا شروع ہو جائے تو گھنٹوں بولتا ہی جائے اور اگر چلنا شروع ہو جائے تو میلوں چلتا ہی جائے یعنی جس بات کی طرف دھیان ہو جائے بس اسی کو منزل جان کر اپنی پوری توجہ اور توانائی لگا دیتا ہے۔ آنکھوں میں ایک خاص چمک اور ماورائیت آ جاتی ہے جبکہ پلک جھپکنے کا عمل محدود ہو جاتا ہے۔

اضطراب Depression

اضطراب یا ڈپریشن ایک ذہنی و نفسیاتی بیماری ہے جس میں دماغ کی کیفیت اس طرح ہوتی ہے کہ جس طرح کسی قریبی عزیز کی موت کی خبر اچانک سننے کے فوری بعد صدمہ کی جو کیفیت انسان کے دل، دماغ، رویے، حرکات و سکنات اور تعلقات پر طاری ہوتی ہے۔ تقریباً اسی قسم کی کیفیت بغیر کسی وجہ کے لاحق ہو جائے تو اسے اضطراب یا ڈپریشن کے نام سے موسوم کرتے ہیں۔

تازہ ترین معلومات کے مطابق 18 فیصد لوگ اپنی زندگی میں ایک بار ضرور اس کا شکار ہوتے ہیں۔ عالمی ادارہ صحت (W.H.O) کے مطابق اگلی صدی میں

Depression کے مریضان کی تعداد دیگر تمام امراض سے بڑھ جائے گی۔ اس وقت ہمارے ملک میں تقریباً 20 فیصد لوگ مبتلائے اضطراب ہیں۔ ترقی یافتہ ممالک میں معذوری پیدا کرنے والے پندرہ بنیادی امراض میں ڈپریشن ایک اہم مرض ہے۔

تشویش Anxiety

ڈپریشن اور تشویش کا چولی دامن کا ساتھ ہے۔ ٹینشن، خوف، چڑچڑاپن، منتشر خیالی، گھبراہٹ، اختلاج قلب اور ہر وقت یہ دھڑکا لگا رہنا کہ ابھی کچھ ہونے والا ہے۔ کوئی بری خبر آنے والی ہے۔ نہ جانے میرے ساتھ کیا ہونے والا ہے۔ مریض اپنا دم گھٹتا ہوا محسوس کرتا ہے اور بار بار پیشاب کا تقاضا ہوتا ہے۔
نیند کی حالت میں ڈراؤنے خواب آنا بعض اوقات آدمی نیند سے بیدار بھی ہو جاتا ہے۔ تاہم جب اسے دوبارہ نیند آئے گی تو خواب کا سلسلہ وہیں سے شروع ہو جائے گا جہاں سے یہ سلسلہ جاگنے کی وجہ سے منقطع ہوا تھا۔ اس کے علاوہ پرسکون اور مسلسل نیند نہ آنا یعنی وقفے وقفے سے آنکھ کھلنا تشویش یا انگزائٹی کی علامات ہیں۔

طریقہ علاج

(Therapeutic Method)

نفسیاتی و ذہنی مریضوں کے علاج کے ضمن میں حضرت مولانا اشرف علی تھانوی رحمۃ اللہ علیہ دو طرح سے روحانی علاج فرماتے۔ (1) علاج بذریعہ مطالعہ کتب (2) علاج بذریعہ صحبت (اس میں انفرادی اور گروہی دونوں طریقے شامل ہیں)
جو افراد بغرض علاج حضرت تھانوی صاحب کے پاس آتے تو انہیں بتایا جاتا تھا کہ سالک (Client) کے لیے ضروری ہے کہ وہ معالج سے عقیدت رکھتا ہو اس کے طریقہ علاج کو بہتر سمجھتا ہو اور اس کی ہدایات پر عمل کرنے کے لیے تیار ہو۔ حضرت صاحب اپنی ذات اور فلسفہ زندگی کے بارے میں مکمل وضاحت کرتے ہیں۔
''میں نہ صاحب کرامت ہوں اور نہ صاحب کشف، نہ صاحب تعریف اور نہ عامل۔

صرف اللہ اور رسول کے احکام سے مطلع کرتا رہتا ہوں۔ اپنے دوستوں سے کسی قسم کا تکلف نہیں کرتا اور نہ ہی اپنی تعظیم اور امور دینیہ کے بارے میں کسی چیز کو چھپانا چاہتا ہوں۔ عمل کرنے پر کسی کو مجبور نہیں کرتا البتہ عمل کرتا ہوا دیکھ کر خوش اور عمل سے دور دیکھ کر رنجیدہ ضرور ہوتا ہوں۔ اپنے دوستوں کو بالخصوص اور سب مسلمانوں کو بالعموم بہت تاکید کے ساتھ کہتا ہوں کہ علم دین خود سیکھنا اور اولاد کو تعلیم دلوانا ہر شخص پر فرض ہے خواہ یہ بذریعہ کتب ہو یا بذریعہ صحبت۔"

ایک اور جگہ تحریر فرماتے ہیں کہ کوئی بھی مقصود اس وقت تک حاصل نہیں ہوتا جب تک اس کے لیے صحیح ذرائع نہ اختیار کیے جائیں۔ میں تہذیب اخلاق کو سب سے مقدم سمجھتا ہوں۔ جب اخلاق درست ہو جاتے ہیں تو اعمال خود بخود درست ہو جاتے ہیں۔ مجھے دو چیزوں کا بہت خیال ہے نماز اور حقوق کا۔

مولانا سالک کو بتاتے کہ ان کے طریقہ علاج کی نوعیت کیا ہے اور جس طریقہ علاج میں سالک معالج سے کیا توقعات وابستہ کر سکتا ہے حضرت اشرف علی تھانوی رحمۃ اللہ علیہ اس طریقہ علاج کو "سلوک" (Treatment) کا نام دیتے ہیں۔

حضرت مولانا اشرف علی تھانوی رحمۃ اللہ علیہ کے نزدیک علاج کی پہلی شرط یہ ہے کہ سالک و معالج کے مابین لازمی طور پر ایک نفسیاتی تعلق موجود ہونا چاہیے۔ معالج کے لیے ضروری ہے کہ وہ سالک کے مسائل اور الجھنوں سے انتہائی طور پر آگاہ ہو اور ان کی نوعیت کا مکمل احساس رکھتا ہو۔

حضرت تھانویؒ رحمۃ اللہ علیہ کا طریقہ علاج یہ تھا کہ سالک اپنے مسائل اور الجھنیں بذریعہ ڈاک (خط) لکھ کر حضرت جی کی خدمت میں روانہ کر دیتے اور حضرت رحمۃ اللہ علیہ اس کے مسئلے کا حل تحریر فرما کر روانہ فرما دیتے۔ یوں بذریعہ خط و کتابت گھر بیٹھے علاج کروا لیتا اگر اس طرح مسئلہ حل ہوتا ہوا نظر نہ آتا تو سالک کو خانقاہ امدادیہ آنے کی دعوت دی جاتی۔ حضرت مولانا اصلاح نفس کے لیے خانقاہ آنے والوں کے مسائل اور الجھنیں سنتے اور پھر اپنے درس (واعظ) میں الجھنوں کی نوعیت' ان کے اسباب و تدارک کے طریقے بتاتے یعنی اپنے مواعظ کے ذریعہ اصلاح نفس فرماتے اور مطالعہ کتب کا تلقین فرماتے۔

طب نفسی اور افکار غزالی

امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ افکار طب نفسی کے کم و بیش تمام پہلوؤں پر روشنی ڈالتے ہیں۔ غزالی کے نزدیک جہالت اور خدا سے دوری ذہنی امراض کا سب سے بڑا سبب ہے۔ قرب خداوندی اور معرفت ربانی انسانی زندگی کا مقصد اعلیٰ ہے۔ اس مقصد کے حصول کے لیے ضروری ہے کہ انسان بہترین سیرت اور فضائل اخلاق کو اپنائے۔ قرب خدا' انسانی تکمیل کی علامت ہے۔ علم و معرفت خدا کی اعلیٰ ترین صورت علم کا مکاشفہ ہے۔ ممکن ہے جس کی بنیاد براہ راست واردات یا بصیرت ہے۔ یہ شک و گماں سے ماورا حقیقت کا یقینی وقوف ہے۔ جہالت اور اس سے وابستہ نفسی بیماریوں کا علاج اس امر میں مضمر ہے کہ انسان خدا کی حقیقی معرفت و رضا حاصل کرے۔

غزالی اس کے لیے علاج بالضد کی تکنیک استعمال کرتا ہے۔ ایک صحت مند انسان کے لیے لازم ہے کہ وہ قرب الٰہی حاصل کرے اور اس کی معرفت سے بہرہ ور ہو۔ یہی ذہنی صحت کے لیے ایک بنیادی اصول ہے۔

غزالی کی نفسیات کا اہم ترین پہلو انسانی شخصیت کی تعمیر کے حوالے سے ماحولی عناصر کی اہمیت پر اصرار کرتا ہے۔ اس کے خیال میں کردار کی انحرافی صورتوں میں غلط تربیت اور بچے کے والدین سے تعلقات کی نوعیت اہم عوامل ہیں۔ چنانچہ اسی اہمیت کے پیش نظر غزالی بچپن کی تربیت اور صفائے ماحول پر انتہائی توجہ دیتا ہے۔

اکابر اور ذہنی الجھنیں

ہمارے اکابر اپنی ذہنی الجھنوں اور نفسیاتی مسائل سے نجات حاصل کرنے کی غرض سے Tranqulizers کا سہارا نہیں لیتے تھے وہ کبھی بھی اپنے Depression کے لیے Anti depressive medicines استعمال نہیں کرتے تھے بلکہ وہ اپنے معمولات حیات کا سنجیدگی سے مطالعہ کرتے کہ کس مقام پہ بے عملی' غفلت یا کوتاہی ہو گئی یا عبادات میں کمی رہ گئی ہے کہ قرب خداوندی نہیں رہا اور پھر وہ عبادات کی جانب متوجہ ہوتے۔ نوافل ادا کرتے تلاوت قرآن کرتے اور مراقبہ (Meditation) کرتے

اور جب تلک انہیں سکون حاصل نہ ہو جاتا وہ عبادات میں مشغول رہتے۔

اللہ تعالیٰ خود فرماتے ہیں ''الا بذکر اللہ تطمئن القلوب'' بعض اوقات طبیعت اس قدر اچاٹ ہوتی ہے کہ کسی بھی عبادت حتیٰ کہ نماز میں بھی جی نہیں لگتا۔ ایک مرتبہ راقم اپنے شیخ کی مجلس میں تھا کہ ایک شخص نے عرض کیا کہ حضرت میں جب بھی نماز پڑھتا ہوں یا ذکر کرتا ہوں تو میری توجہ اس صالح عمل سے ہٹ جاتی ہے اور ذہن دیگر خیالات اور وساوس میں الجھ کر رہ جاتا ہے تو حضرت جی رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا ''بھئی اپنے نفس کی اصلاح کے لیے تین روزے رکھو۔'' کئی روز بعد پھر اسی شخص نے بتایا کہ روزے رکھنے والا نسخہ مجرب ثابت ہوا۔ ماہرین نفسیات بھی اس نسخے کی تائید کرتے ہیں۔

مشہور زمانہ ماہر نفسیات Sigmond Freud کا کہنا ہے کہ میں فاقہ اور روزہ کا قائل ہوں۔ کیونکہ میرے نزدیک دماغی ونفسیاتی امراض کا روزہ سے مکمل علاج ہے کیونکہ جسم انسانی میں مختلف ادوار آتے ہیں لیکن روزہ دار آدمی کا جسم بیرونی دباؤ (External Pressure) قبول کرنے کی صلاحیت پا لیتا ہے۔ روزہ دار کو جسمانی کھنچاؤ (Body Congestion) اور ذہنی ڈپریشن Mental Deperssion کا سامنا نہیں ہوتا۔

ماہرین نفسیات جہاں روزے کی افادیت کے قائل ہیں وہاں وہ نفسیاتی و ذہنی امراض کے لیے فکر و تردد (Concentration) اور مراقبہ (Meditation) کی حیثیت کو بھی تسلیم کرتے ہیں۔ مغربی ممالک میں ذہنی سکون (Serenity) کے حصول کے لیے مراکز مراقبہ (Meditation Centers) جنہیں کہیں کہیں Meditation Clubs بھی کہتے ہیں۔ بنائے گئے ہیں جن مین کسی بھی کلب کی طرح ممبر شپ لی جاتی ہے۔ جہاں پر ممبر کو اپنے وقت معینہ پر ایک یا دو گھنٹوں کے لیے مرکز مراقبہ یا مراقبہ ہال جانا ہوتا ہے۔ جہاں مختلف طریقوں سے Psychotheropy کی جاتی ہے جس کا طریقہ یہ ہے کہ انہیں تنہا بٹھا دیا جاتا ہے اور مریض کو کہا جاتا ہے کہ خاموش بیٹھے رہو اور صرف اپنی ناک کے سرے پر توجہ مرکوز کرو۔ کبھی انہیں یہ کہا جاتا ہے کہ اپنی ناف (Umblices) پر توجہ مرکوز کرو اور انہیں بتایا جاتا ہے کہ جب کسی بھی نقطے پہ توجہ مرکوز کر دی جائے تو اس قدر انہماک ہونا چاہیے کہ دنیا کی ہر چیز کو بھول جاؤ اور اسے محسوس کرو۔

یورپ میں ایسے مراکز (Clubs) بھی بنائے گئے ہیں جہاں اس کلب کے ممبران کو مختلف حربوں اور حیلوں سے رلایا جاتا ہے۔ ظاہر ہے جب انسان رو رہا ہوتا ہے تو تفکرات حیات سے ناآشنا ہو جاتا ہے۔ تاہم جب وہ لوگ رو رو کر تھک جاتے ہیں تو کچھ وقت کے لیے خاموش رہنے کے بعد کہتے ہیں We feel the relax۔

امریکہ کی ریاست ہیوسٹن اور ٹیکساس میں ذہنی آسودگی کے لیے ہنسی گھر بنائے گئے ہیں جن میں مزاحیہ گفتگو کی جاتی اور اخلاقی پابندی سے بالاتر لطائف سنائے جاتے اور ایسے مزاحیہ ویڈیو کیسٹ دکھائے جاتے ہیں جن سے بے اختیار ہنسی آ جائے۔

ٹیکساس اور کیلفورنیا کے دماغی امراض کے ہسپتالوں میں نرسوں کو نت نئے لطائف گھڑنے اور پھر انہیں مریضوں کو سنا کر ہنسانے کی باقاعدہ تربیت اور ترغیب دی جاتی ہے۔

مذکورہ بالا جملہ مصنوعی ذرائع سے وقتی طور پر تو ذہنی سکون ہو جاتا ہوگا مگر ذہنی اور قلبی تسکین و استراحت صرف عبادات ہی سے میسر آتی ہے۔ ماہرین نفسیات نے نہ جانے کتنی تحقیق کے بعد مراقبہ، تفکر اور رونے کی راہ نکالی ہوگی اور پھر مصنوعی طور پر رونے سے دماغی بوجھ میں کمی نہیں ہوتی۔ یہ تو فطری آنسو ہی ہیں کہ غم و اندوہ تو کیا بڑے بڑے گناہوں سے نجات دلا دیتے ہیں۔

سر سجدے میں ہو نگاہیں اپنے عیوب پر مرکوز ہوں دل ان نگاہوں کی تائید کر رہا ہو اور پھر آنکھوں کے دریچے نم دیدہ ہوں تو ان آنسوؤں سے مداوائے غم بھی ہوگا اور خدا کے ہاں بھی وہ اہمیت وقدر کے حامل ہوں گے۔

Meditation کی سب سے بڑی مثال غار حرا کی ہمارے پاس موجود ہے۔

دراصل اہل مغرب نے یہ سب کچھ اسلام سے حاصل کیا ہے اور میڈی ٹیشن ہو یا کنسنٹریشن اس کے لیے ہمارے ہاں بزرگان خشوع وخضوع کا لفظ استعمال کرتے ہیں جس کی تلقین نماز کی ادائیگی میں کی جاتی ہے۔ خشوع وخضوع اور پوری توجہ سے (ہر چیز سے توجہ ہٹا کر) نماز ادا کی جائے تو جنت و دوزخ کی حقیقت کھل کر سامنے آ جاتی ہے تو پشیمانی کے آنسو بہہ نکلتے ہیں تو اس وقت انسان اللہ رب العزت کے سوا ہر چیز بھول جاتا ہے اور پشیمانی کے آنسو اللہ کے قرب اور محبت کا ذریعہ بنتے ہیں۔

مولانا محمد طارق جمیل صاحب مدظلہ نے ایک بار اپنی اصلاحی تقریر میں خشوع وخضوع

کے حوالے سے حضرت ابو ریحانہ رضی اللہ عنہ کا ایک واقعہ سنایا کہ ابو ریحانہ کی شادی کو ابھی چند ہی روز ہوئے تھے کہ وہ جہاد کے لیے تشریف لے گئے اور جب وہ واپس پلٹے تو اس وقت تک بیوی گھر میں تنہا ان کی منتظر تھیں۔ میاں کو اچانک دیکھا اور خوش ہوئیں۔ شام کا کھانا اکٹھے کھایا پھر ابو ریحانہ مسجد میں نماز عشاء کی ادائیگی کے لیے تشریف لے گئے اور بیوی (اس زمانے کے مطابق) بناؤ سنگھار میں مصروف ہو گئی۔ ابو ریحانہ جب نماز پڑھ کر گھر تشریف لائے تو بیوی دلہن بن کر سجی بیٹھی تھی۔ ابو ریحانہ نے بیوی سے کہا کہ اگر تو مجھے اجازت دے تو میں دو رکعت نفل ادا کر لوں۔ بیوی نے بخوشی اجازت دے دی۔ نفل اس قدر طویل ہو گئے کہ اذان فجر ہو گئی۔ نوافل سے فارغ ہوئے تو نماز فجر کے لیے مسجد کی طرف دوڑے پھر جب اشراق پڑھ کر گھر تشریف لائے تو بیوی نے کہا مجھے جواب دو کہ تو نے دو رکعت نماز کا مجھ سے کہا اور میں شب بھر اذیت میں رہی۔ کیا تجھے یاد نہیں تھا کہ کوئی تیرا منتظر ہے؟

ابو ریحانہ نے کہا جب میں نے نفل پڑھنا شروع کیے تو جنت اور دوزخ کھل کر میرے سامنے آ گئے۔ میں تمام رات دوزخ سے پناہ مانگتا رہا اور جنت کی آرزو کرتا رہا اور تو مجھے یاد ہی نہ رہی۔

جب ایسی نماز ادا کی جائے تو قلبی راحت محسوس ہوتی ہے اور غلط سوچ اور بے مقصد خیالات کے لیے ذہن میں جگہ نہیں رہتی۔

فرانس کے Comfort Centre کے ماہرین کی تحقیق ہے کہ جب خودکشی کی طرف مائل مریضوں کو ایسا Meditation کرایا گیا جو نہ صرف نماز سے ملتا جلتا ہے بلکہ اس میں یہ بھی سختی سے پابندی تھی کہ ادھر ادھر نہیں دیکھنا' دھیان اور توجہ صرف عامل کی طرف رکھنا وغیرہ میں مشغول کر کے مکمل خشوع وخضوع کی کیفیت پیدا کی جاتی ہے تو مریض خود بخود خودکشی سے متنفر ہو جاتا ہے۔

Dr.Alexander کا کہنا ہے کہ ہم نے اسلام میں خودکشی کم دیکھی ہے۔ تحقیق پر پتہ چلا کہ دھیان والی نماز سے یہ رجحان کم ہو جاتا ہے۔

ڈپریشن کا علاج

جنوری 1985ء سے ستمبر 1985 کے دوران علامہ اقبال میڈیکل کالج لاہور کے پروفیسرز نے شعبہ نفسیاتی و دماغی امراض ''سروسز ہسپتال لاہور میں ایک مطالعاتی پروگرام مرتب کیا کہ مبتلائے Depression کا علاج بالعبادات کیا جائے۔ تاہم ڈپریشن کے 64 مریضان کو رجسٹرڈ کیا گیا اور انہیں دو ملی جلی جماعتوں میں تقسیم کیا گیا۔ ان میں پہلی جماعت کو ''علاج بالتہجد جماعت'' کا نام دیا گیا جبکہ دوسری جماعت کو ''جزوی محرومی خواب'' (نگران جماعت) کا نام دیا گیا۔

ان دونوں جماعتوں کے ارکان کو عمر' جنس' تعلیم اور معاشرتی رتبے کے اعتبار سے گروہوں میں منقسم کیا گیا۔ اس طرح ہر جماعت (Group) میں مریضان کی مجموعی تعداد 32 تھی جن میں 20 مرد اور 12 عورتیں شامل تھیں۔ یہ ڈپریشن کے ایسے وقت طلب مریض تھے جو عرصہ دراز تک مختلف ادویات آزما چکے تھے۔ مگر انہیں کسی دوا سے منفعت حاصل نہ ہوئی۔

مطالعاتی تجربے کے دوران تمام مریضان کی زیر استعمال ادویات بند کروا دی گئیں اور دونوں گروپوں کے لیے سحر خیزی (2 بجے تا 4 بجے تک) لازمی قرار دی گئی۔ مطالعاتی جماعت کو مصروف رکھا گیا یعنی انہیں ذکر' تلاوت' تہجد اور مندرجہ ذیل قرآنی آیات کا ورد سو سو بار کرنے کی تلقین کی گئی۔

☆ الا بذکر اللہ تطمئن القلوب

☆ وَاِذَا مَرِضت فھوَ یشفین

مریضان کو ہدایت کی گئی کہ اس دوران نرم دلی کے ساتھ ان اذکار پر توجہ مرکوز (Concentrate) کریں اور دلی آمادگی اور انتہائی سنجیدگی کے ساتھ خدا کی قربت کو محسوس کرنے کی کوشش کریں۔ نگران جماعت (Control Group) کے لیے بھی دو گھنٹے کے لیے جاگتے رہنا ضروری تھا اور انہیں ہدایت کی گئی کہ وہ یہ وقت فارغ بیٹھنے کی بجائے گھر کے ہلکے پھلکے کام کرنے یا کتب کا مطالعہ میں صرف کریں۔ دوران علاج مریضوں کا ہفتے میں دو بار Check up ہوتا رہا تا کہ علاج سے قبل والی کیفیت سے موازنہ ہوتا

رہے اور چار ہفتے بعد مریضان کو Hamilton Depression Rating Scale پر موضوعی اور مصروفی دونوں سطحوں پر جانچا گیا۔ حتمی رپورٹ کی معالجین (دماغی ونفسیاتی) کے مریض کے ساتھ انٹرویو اور مریض کے ڈپریشن کی شدت کی پیمائش کی گئی۔ حتمی نتائج میں یہ نوٹ کیا گیا کہ مطالعاتی جماعت کے ڈپریشن میں نگران جماعت کی نسبت واضح کمی ہوئی۔

نتائج کی حتمی رپورٹ

علاج کے بعد	صحت یاب	غیر متاثر	کل
مطالعاتی جماعت	25	7	32
نگران جماعت	5	27	32
کل	30	34	64

آیئے مطالعاتی جماعت پر ایک نظر ڈالیں۔ 32 مریضان میں 25 مریضان جن میں 15 مرد اور 10 عورتیں شامل تھیں۔ 78 فیصد نے اپنی بیماری سے نجات حاصل کی جبکہ 7 مریض یعنی 21.9 فیصد (5 مرد اور 2 عورتیں) کوئی بھی مثبت نتیجہ برآمد نہ کر سکے۔

دوسری طرف نگران جماعت میں 32 میں سے صرف 5 مریض اپنے مرض سے نجات حاصل کر سکے۔ جبکہ 27 مریض (3-84 فیصد) جن میں 16 مرد اور 11 عورتیں کوئی بھی مثبت نتیجہ دکھانے میں ناکام رہے۔ یہ نتائج (اعداد وشمار) اہم ہونے کے ساتھ ساتھ زیر بحث مفروضے (Hypothesis) کو ثابت بھی کرتے ہیں یعنی مطالعاتی جماعت جس کے ارکان دل جمعی سے ذکر الٰہی، تہجد اور تلاوت آیات کرتے رہے مگر نگران جماعت کے نگران جو صرف جاگتے رہے اور صرف گھریلو کام کاج میں مصروف رہے بہتر نتائج نہ دکھا سکے۔

صلوٰۃ تہجد ایک مسلمان کے لیے دینی اہمیت کی حامل ہے جیسا کہ مندرجہ ذیل آیات قرآنی باور کروا رہی ہیں۔

ومن اللیل فتہجد بہ نافلتہ لک

اور رات کے کچھ حصے میں تہجد بھی پڑھ لیا کیجیے (جو) آپ کے حق میں زائد چیز ہے۔ (سورۃ بنی اسرائیل 79)

یہ مریضان کے لیے سیدھے راستے کی طرف رہنمائی کرتی ہے اور اس پر عمل بحیثیت ''علاج برائے مژگاں'' بشرطیکہ دل جمعی، لگن، عقیدت اور محبت سے کیا جائے تو یقیناً خوش آئند ہوگا اور بیماری کے مضر اثرات کم کرتے کرتے زندگی پر خوش گوار اثر مرتب کرے گا کیونکہ یہ حضرات ذکر الٰہی سے اندرونی چین اور اطمینان قلب حاصل کر لیتے ہیں۔ قرآن کریم کی دوسری آیت سرچشمہ صحت کی رہنمائی کرتی ہے۔

ونزل من القران ما ھو شفاء ورحمتہ للمومنین

اور ہم قرآن میں ایسی چیزیں نازل کرتے ہیں جو ایمان والوں کے حق میں شفا اور رحمت ہیں۔ (سورۃ بنی اسرائیل 82)

یہاں یہ بات خاص طور پر توجہ طلب ہے کہ مسلمانوں کا ایمان بلکہ یقین ہے کہ مصیبت من جانب اللہ ہی ہے اور جب ہم سچے دل اور خلوص نیت سے غلطیوں کا اعتراف کر کے معافی کے طالب ہوں گے اور مکمل صحت یابی کے لیے دعا کریں گے تو وہ یقیناً اللہ تعالیٰ کے ہاں مغفرت بھی کرائے گی اور اپنی رحمت سے ہماری مشکلات اور مصائب کو دور بھی کر دے گا۔

علاج بالتہجد ایک نفسیاتی طریقہ علاج ہے جس کی تعلیمات قرآن سے ماخوذ ہیں اور بحیثیت تقابل یہ مغربی طریقہ علاج کو پاس پھٹکنے نہیں دیتا۔ ایک مسلمان کا یہ یقین کامل ہے کہ وہ صرف اللہ ہی کا ایک ادنیٰ غلام ہے اور زندگی اور موت صرف اسی کے قبضہ قدرت میں ہے۔ اسے زندگی کے گوناگوں ہنگاموں میں بہت سے مسائل سے یکسر نجات دے دیتا ہے۔

یہ مذہبی طریقہ علاج جو احادیث نبوی اور آیات قرآنی سے مستعار لیا گیا ہے واقعتاً بہت سی دوسری نفسیاتی اور غیر نفسیاتی تکالیف کا منہ توڑ جواب ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ کوئی بھی بیماری لاعلاج نہیں جیسا کہ مندرجہ ذیل حدیث نبوی سے ثابت ہے۔

لِکُلِّ داءٍ دواء

اللہ تعالیٰ نے مریض کے لیے شفاء عطا فرمائی ہے بہت سی بیماریاں ایسی ہیں جن کا علاج ابھی تک دریافت نہیں ہوا۔ مثلاً Cancer & Aids وغیرہ لیکن مندرجہ بالا حدیث کے آئینے میں یہ بات وثوق سے کہی جاسکتی ہے کہ یہ بیماریاں بھی لاعلاج نہیں۔ لہٰذا نفسیاتی بیماریوں کا بہترین علاج سکون قلب میں مضمر ہے جو ذکر الٰہی اور نماز کے ذریعے ممکن ہے تاکہ روحانی اور نفسیاتی صفائی و پاکیزگی کا موجب بنے۔ درحقیقت ہم کسی بھی بیماری کی احتیاط اور روک تھام کے لیے اسلام کے صراط مستقیم پر ثابت قدم رہ کر سرخرو ہو سکتے ہیں جیسا کہ قرآنی آیات' احادیث نبوی اور سنت نبوی سے ثابت ہے۔

(سنت نبوی اور جدید سائنس بحوالہ ماہنامہ اشراق ڈاکٹر شریف چوہدری)

مراقبہ

Meditation

مراقبہ یا Meditation ایک قلبی عمل ہے جو لفظ رقیب سے ماخوذ ہے۔ رقیب اسمائے الٰہی میں سے ایک اسم ہے جس کے لغوی معنی نگہبان' پاسبان کے ہیں۔ مطلب یہ ہے کہ اپنے ذہن کی اس طرح نگہبانی کی جائے کہ وہ معکوس خیالات' پریشان افکار سے قطعی الگ ہوکر اللہ کی طرف یا اللہ کی کسی صفت کی طرف یا اللہ کی کسی نشانی کی طرف متوجہ ہوجائے۔

رقیب کے دوسرے معنی منتظر کے بھی ہیں اس معنی میں مراقبہ کی تعریف یہ ہے کہ آدمی ظاہری حواس کو ایک مرکز پر جمع کرکے اپنی روح یا باطن کی طرف متوجہ ہو جائے تاکہ اس کے اوپر روحانی دنیا کے معانی و اسرار روشن ہو جائیں۔ مراقبہ کے اصلاحی معنی غور و فکر اور تصور کے ہیں۔

مراقبہ کی حقیقت

حضرت شاہ ولی اللہ رحمۃ اللہ علیہ لکھتے ہیں کہ مراقبہ کی حقیقت یہ ہے کہ قوت ادراک کو کسی چیز کی طرف متوجہ کردیا جائے چاہے حق تعالیٰ کی صفات کی طرف یا جسم سے روح کے جدا ہونے کی حالت کی طرف یا اسی طرح کی کسی دوسری چیز کی جانب یہ توجہ اس طرح ہو کہ عقل' وہم' خیال اور سارے حواس اس توجہ کے تابع ہو جائیں اور جو چیز محسوس نہ ہو وہ بجائے محسوس ہونے کے معلوم ہوجائے۔

یعنی بصارت اور بصیرت کو یکجا کرکے کسی ایک نقطے پر توجہ مرکوز ہوجائے اور باقی جملہ خیالات سے بے نیاز ہوکر قلبی کیفیات میں مستغرق ہوجائے۔

خواجہ شمس الدین عظیمی لکھتے ہیں کہ حضرت ابن مبارکؒ نے ایک شخص سے فرمایا

''راقب اللہ'' تو اس نے اس کے معنی دریافت کیے۔ آپ نے فرمایا کہ ہمیشہ اس طرح زندہ رہ کہ تو خدا کو دیکھتا ہے۔

حدیث شریف میں آیا ہے کہ ''اللہ کی عبادت اس طرح کر کہ گویا تو اس کو دیکھتا ہے پس اگر تجھ کو یہ بات میسر نہ ہو کہ تو اس کو دیکھ سکے تو یہ محسوس کر کہ وہ تجھے دیکھ رہا ہے۔''

امام غزالی اپنی معروف کتاب ''کیمیائے سعادت میں تحریر فرماتے ہیں کہ ''اے دوست! یہ نہ سمجھ کہ عالم روحانی کی طرف قلب کا دروازہ موت سے قبل نہیں کھلتا۔ یہ خیال غلط ہے کہ اگر کوئی شخص عالم بیداری میں عبادت کرے خود کو برے اخلاق سے بچائے۔ تنہائی اختیار کرے۔ ظاہری آنکھیں بند کر دے اور ظاہری حواس ''اللہ'' کے نام کا ورد کرتے ہوئے خود کو محو کر دے اور دنیا کی ہر شے سے بے نیاز ہو جائے تو اس درجہ پر پہنچے کے بعد انسان کے قلب کا دروازہ عالم بیداری میں دیکھنے لگتا ہے۔ اس کو فرشتے نظر آتے ہیں وہ انبیاء کرام کا دیدار کرتا ہے اور ان سے فیوض حاصل کرتا ہے۔ ملائیکہ زمین و آسمان اس کو دکھائی دیتے ہیں۔

ذہنی تفکر Concentration

کچھ اہل علم کہتے ہیں کہ مراقبہ کا مذہب سے کوئی تعلق نہیں اور آسمانی صحائف میں اس کا کہیں تذکرہ نہیں ملتا۔ مگر جب قرآن حکیم کی تعلیمات پر غور کرتے ہیں تو ہمیں اس کا جواب خود بخود مل جاتا ہے۔ قرآن حکیم ''تفکر'' کا حکم دیتا ہے۔ تفکر سے مراد یہ ہے کہ تمام تر ذہنی قوت کے ساتھ کائنات میں پھیلی ہوئی اللہ کی نشانیوں پر غور کیا جائے۔

تفکر کا تجزیہ کرنے سے یہ بات سامنے آتی ہے کہ تفکر ایک ذہنی عمل ہے جس میں انسان اسے تمام تر توہمات اور خیالات سے دست بردار ہو کر کسی خیال کسی نقطے یا کسی مشاہدے کی گہرائی میں سفر کرتا ہے۔ اہل تصوف اور روحانیت نے جب تفکر کو ایک مشق کی صورت دی اور اس کے لیے مختلف قاعدے اور آداب مقرر کیے تو اس کا اصطلاحی نام مراقبہ ہو گیا۔

حاصل مضمون

گزشتہ صفحات میں ذہنی اورنفسیاتی امراض اور اس کے علاج کے ضمن میں مذہبی لحاظ سے تفکر یا خشوع وخضوع اور مراقبہ کا ذکر کیا گیا اور عبادات میں نماز' روزہ اور اذکار کا تذکرہ کیا گیا۔

ذہنی ونفسیاتی امراض کا علاج کامل روزے ہیں۔ روزہ تزکیۃ النفس کرتا ہے۔ باہ صیام میں نماز تراویح میں خشوع وخضوع اور دھیان سے کلام اللہ سننے سے ذہنی سکون اور اطمینان قلب نصیب ہوگا۔ تہجد کے لیے یا پھر سحری کرنے کی غرض سے جب آدمی بیدار ہوتا ہے تو اس وقت چونکہ وہ اپنی نیند پوری کر چکا ہوتا ہے اور تازہ دم بیدار ہوتا ہے اور پھر اس وقت Oxygen وافر مقدار میں میسر ہوتی ہے جو ذہن کو تازگی اور تقویت دیتی ہے اور پھر سحری کھا لینے کے بعد جب پورے انہماک سے نماز' تلاوت یا تسبیحات میں لگ جائے تو اس وقت اسے عبادت میں لذت کا احساس ہوگا اور مذہب میں لگاؤ بڑھتا جائے گا۔ اس کا نفسیاتی پہلو یہ ہے کہ جب وہ بیدار ہوا تو اس وقت اس کا دماغ ہر قسم کے دباؤ یا بوجھ سے آزاد تھا اور پھر اسی تازگی کی حالت میں وہ عبادت میں مشغول ہو گیا اور اسے غیر ضروری باتوں پر سوچنے کا موقع ہی نہ ملا اس طرح اس کی دماغی کیفیت معتدل ہوتی چلی جاتی ہے۔

ایک ماہر نفسیات کا کہنا ہے کہ اگر لوگوں کو خشوع وخضوع (Concentration) کے فوائد اور محاسن کا علم ہو جائے تو وہ کاروبار چھوڑ کر ایسی نمازیں پڑھیں کہ پھر انہیں دنیا بھول جائے اور میں اپنے مریضوں کو اس کی ترغیب دیتا ہوں۔

شهر رمضان الذی انزل فیه القرآن هدی للناس

رمضان وہ مہینہ ہے جس میں تنزیل قرآن ہوئی جو انسانوں کیلئے سراسر ہدایت ہے۔ (البقرہ)

فضائل رمضان

فضائل رمضان

دعاء کی قبولیت اور شیاطین کی گرفتاری

حضرت علی ابن ابی طالب کرم اللہ وجہہ فرماتے ہیں ''جب رمضان کی پہلی تاریخ ہوئی تو نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم (لوگوں سے خطاب کرنے کیلئے) کھڑے ہوئے اور اللہ تعالیٰ کی حمد وثناء بیان کر کے ارشاد فرمایا اے لوگو! تمہاری طرف سے تمہارے دشمن جنات کیلئے تمہارے خداوند تعالیٰ کافی ہیں اور اللہ تعالیٰ نے تم سے دعا قبول کرنے کا وعدہ فرمایا ہے (چنانچہ قرآن حکیم میں) ارشاد ہے ادعونی استجب لکم مجھ سے دعا مانگو میں تمہاری دعا قبول کروں گا خوب سن لو خداوند قدوس نے ہر سرکش شیطان پر سات فرشتے (نگرانی کیلئے) مقرر فرما دیئے لہٰذا اب وہ ماہ رمضان گزرنے تک چھوٹنے والے نہیں ہیں اور یہ بھی سن لو! رمضان شریف کی پہلی رات سے اخیر رات تک (کیلئے) آسمان کے دروازے کھلے ہوئے ہیں اور اس مہینے میں دعا قبول ہوتی ہے۔

(ماہنامہ البلاغ کراچی بحوالہ کنز العمال)

روزہ کا اجر

حضرت ابی ہریرہ رضی اللہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا بنی آدم کے ہر نیک عمل کا ثواب بڑھایا جاتا ہے اس طرح کہ ایک نیکی کے بدلے دس نیکیوں کا ثواب ملتا ہے (اسی طرح خلوص وتقوی کی بناپر) سات سو نیکی تک ثواب پہنچتا ہے فرمایا خدا تعالیٰ نے سوائے روزہ (کی عبادت) کے کہ روزہ محض میرے ہی لئے ہے اور میں ہی اس کا اجر دوں گا کیونکہ روزہ دار چھوڑتا ہے خواہش اپنی اور کھانا اپنا (صرف) میرے لئے۔

روزہ دار کیلئے دو خوشیاں ہیں ایک خوشی اس کے افطار کے وقت اور ایک خوشی اس کے پروردگار کی ملاقات کے وقت (جب وہ اسے روزے کا اجر دے گا) اور روزہ دار کے منہ کی بو اللہ تعالیٰ کے نزدیک کستوری کی خوشبو سے خوش تر ہے اور روزہ ڈھال ہے (شیطان کے شر اور دوزخ کی آگ سے) پھر جب تمہارا روزے کا دن ہو تو نہ فحش بات کرے کوئی اور نہ بے ہودگی سے آواز بلند کرے۔ پس اگر کوئی اسے برا کہے یا اس سے لڑنا چاہے تو اسے کہنا چاہیے کہ وہ کہے میں روزہ دار ہوں۔ (صحیح بخاری و مسلم)

ایک روزہ کا بدلہ

حضرت ابو مسعود غفاری رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ میں نے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم سے رمضان کا چاند نظر آنے پر یہ فرماتے ہوئے سنا۔

''اگر لوگوں کو یہ معلوم ہو جائے کہ رمضان المبارک کی کیا حقیقت ہے تو میری امت یہ تمنا کرے کہ سارا سال رمضان ہی ہو جائے پھر (قبیلہ) خزاعہ کے ایک شخص نے عرض کیا (اے اللہ کے نبی صلی اللہ علیہ وسلم رمضان کے بارے میں ہمیں کچھ بتلائیے آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا رمضان المبارک کیلئے جنت شروع سال سے اخیر سال تک سجائی جاتی ہے جب رمضان شریف کا پہلا دن ہوتا ہے تو عرش الٰہی کے نیچے سے ایک ہوا چلتی ہے جس سے جنت کے درختوں کے پتے ہلنے (اور بجنے) لگتے ہیں اور حورعین عرض کرتی ہیں اے ہمارے رب! اس مبارک مہینے میں ہمارے لئے اپنے بندوں میں سے کچھ شوہر مقرر کر دیجئے جن سے ہم اپنی آنکھیں ٹھنڈی کریں اور وہ ہم سے اپنی آنکھیں ٹھنڈی کریں (اس کے بعد) پھر آپ نے فرمایا کوئی بندہ ایسا نہیں ہے کہ رمضان شریف کا روزہ رکھے مگر یہ بات ہے کہ اس کی شادی ایسی حور سے کر دی جاتی ہے جو ایک ہی موتی سے بنے ہوئے خیمے میں ہوتی ہے جیسا کہ اللہ تعالیٰ نے کلام پاک میں فرمایا ''حور مقصورات فی الخیام'' یعنی حوریں خیموں میں رکی رہنے والی ---- اور ان عورتوں میں سے ہر عورت کے جسم پر ستر قسم کے لباس ہوں گے جن میں سے ہر لباس کا رنگ مختلف ہوگا اور انہیں ستر (70) قسم کی خوشبو دی جائیگی جن میں ہر عطر کا انداز دوسرے سے مختلف ہوگا اور ان میں سے ہر عورت کی (خدمت اور) ضرورت کیلئے ستر ہزار (70,000) نوکرانیاں اور

ستر ہزار خدام ہوں گے۔ ہر خادم کے ساتھ ایک سونے کا بڑا پیالہ ہوگا جس میں کئی قسم کا کھانا ہوگا (اور وہ کھانا اس قدر لذیذ ہوگا کہ) اس کے آخری لقمے کی لذت پہلے سے کہیں زیادہ ہوگی اور ان میں سے ہر عورت کیلئے سرخ یاقوت کے تخت ہوں گے ہر تخت پر ستر (70) بستر ہوں گے جن کے استر (Cover) ریشم کے ہوں گے اور ہر بستر پر ستر گدے ہوں گے اور اس کے خاوند کو بھی اس طرح سب کچھ دیا جائیگا اور وہ موتیوں سے جڑے ہوئے سرخ یاقوت کے ایک تخت پر بیٹھا ہوگا اس کے ہاتھوں میں دو کنگن ہوں گے یہ رمضان المبارک کا بدلہ ہے (خواہ) جو شخص بھی روزہ رکھے (اور روزہ دار نے) روزہ کے علاوہ جو نیکیاں (اعمال صالحہ) کیے ہیں ان کا اجر و ثواب اس کے علاوہ ہے مذکورہ ثواب صرف روزہ رکھنے کا ہے۔

(ماہنامہ البلاغ بحوالہ الترغیب والترتیب)

سابقہ گناہوں کی معافی

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جس نے روزہ رکھا رمضان کا ایمان سے (شریعت کو سچ جان کر اور فرضیت کا اعتقاد کر کے) اور (صرف) طلب ثواب کیلئے تو اس کے پہلے گناہ بخش دیئے جائیں گے اور جو کوئی کھڑا ہوا رمضان میں ایمان سے اور طلب ثواب کی غرض سے تو اس کے پہلے گناہ بخش دیئے جائیں گے اور جو کوئی کھڑا ہوا رمضان میں ایمان سے اور طلب ثواب کی غرض سے تو اس کے پہلے گناہ معاف کر دیئے جائیں گے اور جو کوئی کھڑا ہوا شب قدر کو ایمان سے (کہ واقعی یہ شب ہزار ماہ سے بہتر ہے) اور ثواب کی نیت سے تو اسکی سابقہ خطائیں مٹا دی جائیں گی۔ (صحیح بخاری - صحیح مسلم)

اللہ تعالیٰ کے منادی کی پکار

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جب رمضان کی پہلی رات ہوتی ہے تو شیاطین و سرکش جنات کو قید کر دیا جاتا ہے اور جہنم کے دروازے بند کر دیئے جاتے ہیں ان میں سے کوئی دروازہ کھولا نہیں جاتا اور جنت کے

دروازے کھول دیئے جاتے ہیں ان میں سے کوئی دروازہ بند نہیں کیا جاتا اور منادی پکارتا ہے اے طالب خیر! آگے بڑھ- اے شر کے متلاشی رک جا اور اللہ تعالیٰ کئی لوگوں کو جہنم سے آزاد کر دیتا ہے اور ہر رات یوں ہی اعلان ہوتا رہتا ہے-

(معارف الحدیث بحوالہ جامع ترمذی، ابن ماجہ)

☆ حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ کی روایت میں یہ الفاظ بھی ہیں کہ منادی کہتا ہے کیا کوئی گناہ کی معافی مانگنے والا ہے کہ اس کے گناہ معاف کر دیئے جائیں کیا کوئی توبہ کرنے والا ہے کہ اللہ اس کی توبہ قبول فرما لے- کیا کوئی دعا کرنے والا ہے کہ اسکی دعا قبول کی جائے- کیا کوئی سائل ہے کہ اس کا سوال پورا کر دیا جائے-

(الجامع الاشعب الایمان)

پانچ خصوصی انعام

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد پاک ہے کہ رمضان المبارک کے متعلق میری امت کو خاص طور پر پانچ چیزیں دی گئی ہیں- جو پہلی امتوں کو نہیں ملیں-

☆ روزہ دار کے منہ کی بو اللہ تعالیٰ کے قریب مشک (کستوری) سے زیادہ پسندیدہ ہے-

☆ فرشتے ان کے لئے دعائے مغفرت کرتے ہیں جو افطار کے وقت تک کرتے رہتے ہیں-

☆ اللہ جنت کو ہر روز آراستہ کرتا اور پھر فرماتا ہے کہ قریب ہے کہ میرے نیک بندے دنیا کی مشقتیں اپنے اوپر سے پھینک کر تیری طرف آئیں-

☆ اس میں سرکش شیاطین قید کر دیئے جاتے ہیں کہ وہ رمضان میں ان برائیوں کی طرف نہیں پہنچ سکتے جن کی طرف غیر رمضان میں پہنچ سکتے ہیں-

☆ رمضان کی آخری رات میں روزہ داروں کے لئے مغفرت کی جاتی

ہے (صحابہ نے دریافت کیا) یا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کیا یہ شب قدر میں ہوتا ہے؟ فرمایا نہیں!

دستور یہ ہے کہ مزدور کو کام ختم ہونے کے وقت مزدوری پوری دی جاتی ہے

فرشتوں کی دعا اور یاقوت کا محل

حضرت ابوسعید خدری رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا جب رمضان المبارک کی پہلی رات ہوتی ہے تو آسمان کے دروازے کھول دیئے جاتے ہیں اور ان دروازوں میں کوئی بھی دروازہ رمضان المبارک کی آخری رات آنے تک بند نہیں کیا جاتا اور کوئی مسلمان بندہ ایسا نہیں ہے کہ رمضان شریف کی راتوں میں سے کسی رات میں نماز پڑھے مگر یہ کہ اللہ تعالیٰ اس کیلئے ہر سجدے کے بدلے میں ڈھائی ہزار نیکیاں لکھے گا اور اس کے لئے جنت میں سرخ یاقوت کا ایک مکان بنا دے گا جس کے ساٹھ ہزار دروازے ہوں گے اور ہر دروازے کیلئے سونے کا ایک محل ہوگا جو سرخ یاقوت سے آراستہ ہوگا اور پھر جب روزہ دار رمضان المبارک کے پہلے دن کا روزہ رکھتا ہے تو اس کے گذشتہ سب گناہ معاف کر دیئے جاتے ہیں اور اس روزہ دار کیلئے روزانہ صبح کی نماز سے لیکر غروب آفتاب تک ستر ہزار فرشتے اللہ تعالیٰ سے مغفرت چاہتے رہتے ہیں اور رمضان شریف کی رات یا دن میں (اللہ کے حضور جب) کوئی سجدہ کرتا ہے تو ہر سجدے کے عوض اس کو جنت میں ایک ایسا درخت ملتا ہے جس کے سایہ میں سوا پانچ سو (525) برس تک چل سکتا ہے-

عظیم الشان محل

حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد پاک ہے کہ بلاشبہ جنت ماہ رمضان کیلئے شروع سال سے آخیر سال تک سجائی جاتی ہے جب رمضان المبارک کا مہینہ شروع ہوتا ہے تو جنت (اللہ تعالیٰ سے) عرض کرتی ہے اے اللہ! اس مبارک مہینہ میں اپنے بندوں میں سے کچھ بندے میرے اندر قیام کرنے والے مقرر فرما دیجئے (جو عبادت کر کے میرے اندر داخل ہوسکیں) اسی طرح حوریں بھی

عرض کرتی ہیں کہ اے خدائے ذوالجلال اس بابرکت مہینے میں اپنے بندوں میں سے ہمارے واسطے کچھ خاوند مقرر فرما دیجئے چنانچہ جس شخص نے رمضان شریف کے مہینے میں اپنے نفس کی حفاظت کی اور کوئی نشہ آور چیز نہیں پی اور نہ کسی مومن پر کوئی بہتان لگایا اور نہ کوئی گناہ کبیرہ کیا تو اللہ جل شانہ (رمضان شریف) کی ہر رات میں اس بندہ کی سو(۱۰۰) حوروں سے شادی کر دیتے ہیں اور اس کیلئے جنت میں ایک محل سونے چاندی اور یاقوت و زمرد کا فرما دیتے ہیں (اس محل کی لمبائی اور چوڑائی کا یہ عالم ہے) اگر ساری دنیا اکٹھی کر کے اس محل میں رکھ دی جائے (تو ایسی معلوم ہو جیسے دنیا میں کوئی بکریوں کا باڑہ ہو) یعنی (جس طرح دنیا کے مقابلے میں بکریوں کا باڑہ چھوٹا سا معلوم ہوتا ہے اسی طرح اگر ساری دنیا جنت کے اس محل میں رکھ دی جائے تو بکریوں کے باڑے کی طرح چھوٹی سی معلوم ہوتی)

اور جس شخص نے اس مبارک مہینے میں کوئی نشہ والی چیز استعمال کی یا کسی مومن پر کوئی بہتان لگایا یا کوئی گناہ کبیرہ کیا تو اللہ تعالیٰ اس کے سال بھر کے نیک اعمال ختم فرما دیں گے لہٰذا رمضان شریف کے مہینے میں بے احتیاطی سے بچو کیونکہ یہ اللہ تعالیٰ کا مہینہ ہے اس میں حدود سے آگے نہ بڑھو اللہ تعالیٰ نے تمہارے لئے گیارہ مہینے مقرر کیے ہیں جن میں (طرح طرح کی) نعمتیں استعمال کرتے ہو اور لذتیں حاصل کرتے ہو رمضان کا مہینہ اللہ تعالیٰ نے اپنی عبادت کرانے کیلئے مخصوص فرمایا ہے لہٰذا رمضان کے مہینہ میں بے احتیاطی سے گریز کرو اور دل و جان سے احتیاط کرو۔ (ماہنامہ البلاغ بحوالہ جمع الفوائد)

جنت کا بناؤ سنگھار اور حور العین کی پکار

حضرت عبداللہ بن عمر سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ جنت کو استقبال رمضان کیلئے سال بھر مزین کیا جاتا ہے اور جب رمضان کی پہلی تاریخ ہوتی ہے تو عرش کے نیچے جنت کے درختوں کے پتوں سے ہوا چلتی ہوئی جب حور عین پر پہنچتی ہے تو وہ کہتی ہیں اے رب! اپنے خاص بندوں میں سے ہمارے خاوندوں کا تقرر فرما جن سے ہم چین وسکون حاصل کریں اور وہ ہمارے ساتھ عیش و آرام کریں۔

(شعب الایمان۔مشکوۃ شریف)

روزہ اور قرآن کی شفاعت

حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا روزہ اور قرآن (قیامت کے روز) بندے کی شفاعت کریں گے روزہ کہے گا میرے رب! اسے میں نے منع کیا تھا کھانے سے اور مرغوب چیزوں سے دن میں۔ پس اس کے حق میں میری شفاعت قبول کر۔ اور کہے گا قرآن باز رکھا تھا میں نے اس کو نیند سے رات کو پس اس کے حق میں میری شفاعت قبول کر پھر ان کی شفاعت قبول کی جائے گی۔

(شعب الایمان)

رمضان کی راتوں میں آسمان دنیا پر خدائے قدوس کا نزول

روایات میں ہے کہ خدائے رب العزت رمضان المبارک کی بابرکت راتوں میں آسمان دنیا پر نزول اجلال فرما کر اپنے بندوں کو دعوت عام دیتے ہیں اور پکارنے والا (منادی) ندا دیتا ہے کہ کوئی ہے جو اپنے رب سے رحمت و مغفرت طلب کرے اس کا دریائے عفو و کرم جوش میں ہے وہ مانگنے والے کو اسکی طلب سے بھی بڑھ کر عطا کرے گا۔
حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ہر رات اللہ تعالیٰ کی خاص رحمت رات کی پہلی تہائی کے آخر تک اترتی ہے اللہ تعالیٰ فرماتا ہے "میں بادشاہ ہوں کون ہے جو مجھ سے دعا مانگے اور میں اسے قبول کروں۔ کون ہے جو مانگے اسے عطاء کروں۔ کون ہے جو بخشش مانگے اسے بخش دوں۔۔۔ صبح صادق تک یہی کیفیت رہتی ہے۔ (ترمذی)

رمضان کو غنیمت جانو

حضرت انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا یہ مہینہ آیا ہے تم پر اور اس میں ایک رات ایسی ہے جو ہزاروں مہینوں سے بہتر ہے پھر جو شخص اس (رات کی) خیر سے محروم رہا پس وہ ہر خیر سے محروم رہا اس کی خیر سے کوئی محروم نہیں کیا جاتا سوائے بدنصیب کے (ابن ماجہ)

باب ریان میں داخلہ

حضرت سہل بن سعد رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا بہشت میں آٹھ دروازے ہیں ان میں سے ایک دروازے کا نام ریان رکھا گیا ہے اس دروازے سے صرف روزہ دار ہی داخل ہوں گے۔ (صحیح بخاری و مسلم)

رمضان میں دعاؤں کی قبولیت

حضرت ابوسعید خدری رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا بے شک اللہ تعالیٰ ماہ رمضان کے ہر دن اور رات میں (اپنے بے شمار) بندوں کو جہنم سے آزاد کر دیتا ہے اور ہر مسلمان کی دعا کو ہر دن اور رات میں قبول کرتا ہے۔

(الترغیب والترتیب)

فضیلت ذکراللہ

حضرت عمر بن خطاب رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا رمضان میں اللہ تعالیٰ کا ذکر کرنے والا بخش دیا جاتا ہے اور اللہ تعالیٰ سے سوال کرنے والا خالی ہاتھ نہیں لوٹتا۔ (شعب الایمان)

فرشتے آمین کہتے ہیں

شیخ الحدیث مولانا محمد ذکریا رحمتہ اللہ علیہ نے ایک روایت درج فرمائی ہے کہ حق تعالیٰ شانہ رمضان میں عرش کے اٹھانے والے فرشتوں کو حکم فرما دیتے ہیں کہ اپنی اپنی عبادت چھوڑ دو اور روزہ داروں کی دعا پر آمین کہا کرو۔ (فضائل رمضان)

دعا میں عاجزی

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ جب رمضان آتا تھا تو نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا رنگ بدل جاتا تھا اور نماز میں اضافہ ہو جاتا تھا اور دعاء میں بہت عاجزی فرماتے تھے اور خوف غالب ہو جاتا تھا۔

اجر سے محرومی

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ بہت سے روزہ رکھنے والے ایسے ہیں کہ ان کو روزہ کے ثمرات میں بجز بھوکا رہنے کے کچھ بھی حاصل نہیں اور بہت سے شب بیدار ایسے ہیں کہ ان کو رات کے جاگنے (کی مشقت) کے سوا کچھ بھی نہیں ملا۔ (فضائل رمضان)

مراد یہ کہ روزہ کے کچھ حقوق اور کچھ تقاضے ہیں جن کا وہ انسان سے متقاضی ہوتا ہے اگر ان بنیادی تقاضوں کو پورا نہ کیا جائے اور پھر روزہ کی حالت میں اپنی نظر اپنی زبان اپنے ہاتھ اپنے پاؤں سے ایسے عمل کرتا ہے جو اسے نہیں کرنا چاہئیں بالآخر بندہ انہی وجہ کی بنا پر روزہ کے ثمرات و اجر سے محروم رہ جاتا ہے اور صرف بھوک پیاس برداشت کرنے کے علاوہ کچھ ہاتھ نہیں آتا۔

روزہ گذشتہ گناہوں کا کفارہ ہے

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد گرامی ہے کہ جو شخص ایمان و احتساب کے تقاضوں کو پورا کرتے ہوئے رمضان المبارک کے روزے رکھتا ہے رب العزت اپنے بے پناہ عفو و کرم سے اس کی سابقہ زندگی کے سارے گناہ مٹا دیتا ہے اور وہ معصیت سے اس طرح پاک ہو جاتا ہے گویا اسکی ماں نے اسے ابھی جنا ہو۔ (نسائی باب الصیام)

روزے سے تن درستی

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا روزہ رکھا کرو تندرست رہا کرو گے اور روزے سے جس طرح ظاہری و باطنی مضرات زائل ہوتی ہے اسی طرح اس سے ظاہری و باطنی مسرت حاصل ہوتی ہے۔

(اسوہ رسول اکرم)

حضرت جبریل علیہ السلام کی تین بد دعائیں

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم منبر پر جلوہ افروز ہوئے تو فرمایا آمین۔ آمین۔ آمین۔ دریافت کیا گیا یا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم بے شک آپ نے منبر پر جلوہ افروز ہو کر تین مرتبہ آمین کہی ہے (اس کی کیا وجہ ہے؟) تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا بے شک میرے پاس حضرت جبریل علیہ السلام آئے تو انہوں نے کہا۔

☆ جو شخص رمضان کا مہینہ پائے تو نہ بخشش ہوئی واسطے اس کے تو وہ جہنم میں داخل ہوا۔ پس اس پر اللہ تعالیٰ کی پھٹکار ہو--- آپ آمین کہیے تو میں نے آمین کہی۔

☆ اور جو شخص اپنے والدین کو پائے یا ان دونوں میں سے کسی ایک کو تو ان کے ساتھ نیکی نہیں کی اسی حالت میں وہ مر گیا تو جہنم میں گیا۔ اس پر اللہ تعالیٰ کی پھٹکار ہو آپ آمین کہیے۔ میں نے آمین کہی۔

☆ اور جس شخص کے پاس آپ کا ذکر کیا جائے تو وہ آپ پر درود نہ پڑھے پس وہ فوت ہوا تو جہنم میں داخل ہوا۔ اس پر اللہ تعالیٰ کی پھٹکار ہو آپ آمین کہیے۔ تو میں نے آمین کہی۔

تین اشخاص کی ناک خاک آلود

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ اس شخص کی ناک خاک آلود ہو جس کے پاس میرا ذکر کیا گیا تو اس نے مجھ پر درود (صلی اللہ علیہ وسلم) نہیں پڑھا۔

اور اس شخص کی ناک خاک آلود ہو جس پر رمضان کا مہینہ آ کر گزر گیا اور اس کے گناہوں کی معافی نہ ہو سکی اور اس شخص کی ناک خاک آلود ہو جس نے اپنے پاس اپنے والدین کو بڑھاپے کی حالت میں پایا یا ان میں سے کسی ایک کو تو وہ اس کو جنت میں داخل نہ کرائیں۔ (مشکوٰۃ شریف)

تین آدمیوں کی دعا مسترد نہیں ہوتی

حضرت ابو ہریرہ ہی سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا تین آدمیوں کی دعا رد نہیں ہوتی۔ ایک روزہ دار کے افطار کے وقت دوسرے عادل بادشاہ کی دعا۔ تیسرے مظلوم کی جس کی حق تعالیٰ شانہ بادلوں سے اوپر اٹھا لیتے ہیں اور آسمان کے دروازے اس کے لئے کھول دیئے جاتے ہیں اور ارشاد ہوتا ہے کہ میں تیری ضرور مدد کروں گا (کسی مصلحت کی بنا پر) کچھ دیر ہو جائے۔ (فضائل رمضان)

شب و روز لاکھوں کی مغفرت

حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا جب رمضان شریف کے مہینے کی پہلی شب ہوتی ہے تو جنتوں کے دروازے کھول دیئے جاتے ہیں اور پورے مہینے یہ دروازے کھلے رہتے ہیں ان میں سے کوئی ایک دروازہ بھی پورے مہینے میں بند نہیں ہوتا اور دوزخ کے دروازے بند کر دیئے جاتے ہیں (اور تمام مہینہ دروازے بند رہتے ہیں) اس دوران کوئی ایک دروازہ بھی نہیں کھلتا اور سرکش جنات قید کر دیئے جاتے ہیں اور رمضان شریف کی ہر رات میں ایک آواز لگانے والا (تمام رات) صبح صادق تک یہ آواز لگاتا رہتا ہے کہ اے بھلائی اور نیکی کے تلاش کرنے والے (نیکی کا ارادہ کر) اور خوش ہو جا اور اسے بدی کا قصد کرنے والے (بدی سے) رک جا اور اپنے حالات پر غور کر ان کا جائزہ لے۔ اور یہ بھی آواز لگاتا ہے کوئی گناہوں کی معافی چاہنے والا ہے کہ (اس کے گناہ معاف کر دیئے جائیں) کوئی توبہ کرنے والا ہے کہ اسکی توبہ قبول کر لی جائے۔ کوئی دعا مانگنے والا ہے کہ اس کا سوال پورا کر دیا جائے اور رمضان المبارک کے مہینہ میں روزانہ رات کو روزانہ افطار کرتے وقت ساٹھ ہزار آدمی جہنم سے بری کیے جاتے ہیں۔ جب عید الفطر کا دن ہوتا ہے تو اللہ تعالیٰ اتنی تعداد میں جہنم سے بری فرماتے ہیں کہ مجموعی طور پر جتنی تعداد میں پورے مہینے آزاد فرمائے ہیں یعنی ساٹھ ہزار تیس مرتبہ (جن کی کل تعداد 60,000×30=18,00000 یعنی اٹھارہ لاکھ) ہوتی ہے۔

☆ حضرت حسن رضی اللہ عنہ روایت فرماتے ہیں کہ رسالت مآب صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ اللہ جل شانہ رمضان المبارک کی ہر شب میں چھ لاکھ آدمیوں کو دوزخ سے بری فرماتے ہیں اور جب رمضان المبارک کی آخری شب ہوتی ہے تو اللہ تعالیٰ (اتنی تعداد میں آدمیوں کو دوزخ سے) بری فرماتے ہیں جتنی تعداد میں آج رات تک پورے مہینہ میں آزاد فرمائے ہیں۔

☆ حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے رمضان المبارک کی فضیلت سے متعلق ایک جامع روایت ہے کہ ''رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ حق تعالیٰ شانہ رمضان شریف میں روزانہ افطار کے وقت دس لاکھ آدمیوں کو جہنم سے بری فرماتے ہیں جو جہنم کے مستحق ہو چکے تھے اور جب رمضان کا آخری دن ہوتا ہے تو یکم رمضان سے آج تک جس قدر لوگ جہنم سے آزاد کئے گئے ہیں ان کے برابر اس ایک دن میں آزاد فرماتے ہیں۔

(ماہنامہ البلاغ کراچی بحوالہ الترغیب والترتیب)

توضیح

مندرجہ بالا عنوان کے تحت تین احادیث کا ترجمہ بیان کیا گیا جس میں

☆ حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ کی روایت کے مطابق ساٹھ ہزار کی روزانہ بخشش ہوتی ہے۔

☆ حضرت حسن رضی اللہ عنہ کی روایت کی رو سے ہر شب میں چھ لاکھ جہنم سے آزاد کئے جاتے ہیں۔

☆ تیسری حدیث مبارکہ کے مطابق یہ واضح ہے کہ روزانہ افطاری کے وقت جہنم کے مستحق دس لاکھ آدمیوں کو جہنم سے رہا کیا جاتا ہے جو حق تعالیٰ شانہ کا محض کرم ہے اور مزید کرم الٰہی یہ ہے کہ ان کی طرف سے ہر رات یہ اعلان کیا جاتا ہے کہ کوئی توبہ کرنا چاہے تو اسکی توبہ قبول

کرلی جائے کوئی دعا کرنا چاہے تو اس کی دعا قبول کرلی جائے اس لئے توبہ واستغفار اور دعا کا اہتمام رکھنا چاہئے۔

رمضان المبارک میں عمرہ کا ثواب وفضیلت

عن ابن عباس قال جاءت ام سليم الى رسول الله صلى الله عليه وسلم فقالت حج ابو طلحه و ابنه و تركاني فقالة ام سليم عمرة في رمضان تعدل حجه معي

حضرت ام سلیم رضی اللہ عنہا نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوئیں اور عرض کیا کہ میرے خاوند ابوطلحہ اور ان کے بیٹے تو حج کو چلے گئے اور مجھے چھوڑ گئے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ رمضان المبارک میں عمرہ کرنا میرے ساتھ حج کرنے کے برابر ہے۔

☆ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا یہ ارشاد کہ رمضان المبارک میں عمرہ کرنا حج کے برابر فضیلت رکھتا ہے مختلف احادیث میں وارد ہوا ہے ایک حدیث مبارکہ میں ہے کہ جب حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم حج کو تشریف لے جانے لگے تو ایک صحابیہ نے اپنے خاوند سے کہا کہ مجھے بھی حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے ساتھ حج پر بھیج دو۔ انہوں نے کہا کہ میرے پاس کوئی سواری نہیں ہے۔ بیوی نے کہا کہ اونٹ ہے۔ خاوند نے جواباً کہا وہ اونٹ میں راہ خدا میں وقف کر چکا ہوں پھر جب حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم سے بیان کیا تو نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ حج بھی تو اللہ کا راستہ تھا اگر اس اونٹ پر حج کرا دیتے تو کچھ مضائقہ نہ تھا پھر خاوند نے عرض کیا کہ میری اہلیہ نے یہ دریافت کیا ہے کہ آپؐ کے ساتھ حج نہ کرنے کی تلافی اب کس طرح ہو سکتی ہے۔ حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ رمضان المبارک میں عمرہ کرنا میرے ساتھ حج کرنے کے برابر ہے۔

(ابوداود)

☆ اسی ہی طرح ایک واقعہ حضرت ام سنان رضی اللہ عنہا کے ساتھ پیش آیا حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ان سے بھی یہی ارشاد فرمایا کہ ماہ مبارک کا عمرہ حج کے برابر ہے۔

عمرہ کا حج کے برابر ہونے کا یہ مطلب نہیں کہ اس عمرہ سے حج فرض ادا ہو جائے گا بلکہ مطلب یہ ہے کہ عمرہ کرنے اور رمضان المبارک کی فضیلت حاصل ہو جانے سے دونوں کا ثواب حج کے ثواب کے برابر ہوتا ہے۔ (فضائل حج)

مسائل روزہ

سحری تاخیر سے کرنا

اگر سحری کے وقت دیر سے آنکھ کھلی اور اس گمان سے کہ ابھی رات ہے اور سحری کھالی اور بعد میں پتہ چلا کہ صبح ہو جانے کے بعد سحری کھائی گئی ہے تو روزہ نہیں ہوا وہ قضاء روزہ رکھے کفارہ واجب نہیں لیکن پھر بھی وہ دن بھر کچھ کھائے پیئے نہیں بلکہ روزہ داروں کی طرح رہے۔

قبل از وقت افطاری کرنا

اگر غروب آفتاب کے گماں سے افطاری کر لی اور پھر سورج نکل آیا تو روزہ جاتا رہا اسکی قضا ادا کرے کفارہ واجب نہیں۔ اور تاوقتیکہ آفتاب غروب نہ ہو جائے کچھ کھانا پینا درست نہیں۔

اتفاقیہ روزہ ٹوٹنا

رمضان میں اگر کسی کا روزہ اتفاقیہ ٹوٹ گیا یعنی بے خیالی میں کچھ کھا پی لیا تو روزہ نہیں ٹوٹتا جب بعد میں یاد آیا تو اس وقت سے تاغروب آفتاب کچھ کھانا پینا درست نہیں بلکہ روزہ داروں کی طرح ہے۔

قصداً روزہ چھوڑنا

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد

فرمایا جو آدمی سفر وغیرہ کی شرعی رخصت کے بغیر اور بیماری جیسے عذر کے بغیر رمضان کا ایک روزہ بھی چھوڑے گا اس کی بجائے عمر بھر بھی روزے رکھے تو جو چیز فوت ہوگئی وہ پوری ادا نہیں ہوسکتی۔ (مسند احمد بن حنبل)

بلاوجہ روزہ توڑنا

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص (قصداً) بلا کسی شرعی عذر کے ایک دن بھی رمضان کے روزے کو افطار کردے (توڑ دے) غیر رمضان کا روزہ چاہے تمام عمر رکھے اس کا بدل نہیں ہوسکتا۔
(صحیح بخاری)

روزے میں غیبت، جھوٹ اور فحش کلامی

☆ حضرت عبید رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ ایک شخص نے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم سے ذکر کیا کہ دو عورتوں نے روزہ رکھا ہے اور وہ پیاس کی وجہ سے قریب المرگ ہیں آپ نے اس کی بات سن کر منہ پھیر لیا (یا آپ خاموش رہے) اس شخص نے دوبارہ یہی بات دہرائی اور عرض کیا یا رسول اللہ! بخدا وہ مر رہی ہیں یہ سن کر نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا انہیں بلاؤ۔ راوی بیان کرتے ہیں کہ وہ دونوں آئیں اور ایک پیالہ منگوایا گیا اور ان میں سے ایک سے کہا گیا کہ قے کرو چنانچہ اس نے قے کی جس میں پیپ، خون، کچ لہو اور گوشت کی بوٹیاں تھیں اس کی قے سے آدھا پیالہ بھر گیا۔ پھر دوسری سے کہا کہ تم بھی قے کرو اس نے بھی قے کی تو اس میں پیپ، خون، کچ لہو اور گوشت کے لوتھڑے تھے اور یہ پیالہ پورا بھر گیا اس کے بعد نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا

''ان دونوں عورتوں نے روزہ رکھا تو تھا ایسی چیزیں کھا کر جو اللہ تعالیٰ نے ان کے لئے حلال کی ہیں اور افطار کیا ایسی چیزوں سے جو اللہ نے ان پر حرام کردی ہیں۔ یہ ایک

دوسرے کے سامنے بیٹھ گئیں اور ایک دوسرے کا گوشت کھانے لگیں یعنی غیبت کرتی رہیں۔

☆ ایک اور حدیث مبارکہ حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ''کئی روزہ دار ایسے ہیں جن کے حصے میں روزے میں سے صرف بھوک آتی ہے اور کئی راتوں کو اٹھ کر قیام کرنے والے ایسے ہیں جن کے حصے میں سوائے رتجگے کے اور کچھ نہیں آتا'' (سنن ابن ماجہ)

مذکورہ احادیث بالا سے یہ واضح ہوتا ہے کہ روزہ دار کیلئے غیبت، غلط بیانی فحش کلامی اور جھوٹی باتوں سے بچنا لازم ہے ورنہ روزہ کی اہمیت کھو بیٹھے گا اور ایسا روزہ اللہ کے ہاں قبول نہ ہوگا اور اس کا روزہ اس کے منہ پر مار دیا جائے گا۔

روزہ کسے نہ رکھنے کی اجازت ہے

رمضان کا روزہ ہر مسلمان مرد و زن پر فرض ہے اور فرض کی عدم ادائیگی قابل تعزیر ہے لیکن امت محمدیہ'' کے لئے دین میں آسانیاں بھی ہیں یعنی دین اسلام میں وسعت ہے جبر نہیں اس لئے مخصوص حالتوں میں روزہ رکھنے میں بھی رعایت دی گئی ہے مثلاً مسافر، مریض حاملہ زچہ، اور مرضعہ کو یہ اجازت ہے کہ وہ روزہ نہ رکھیں جنہیں بعد میں قضاء روزے رکھ کر ادا کرنا ضروری ہے۔

حالت سفر

''جو کوئی تم سے بیمار ہو یا سفر میں ہو تو دوسرے دنوں میں ان کا شمار پورا کرے (یعنی روزے رکھے) (البقرہ۲:۱۸۴)

☆ اگر کوئی شخص رمضان المبارک میں سفر میں ہے اور روزہ نہیں رکھ سکتا تو ایسے شخص کو روزہ نہ رکھنے کی اجازت ہے بعد میں جس قدر جلد ممکن ہو اسکی قضاء رکھ لے مگر سفر کی تصریح یہ ہے کہ ایسا سفر ہی معتبر ہے جسکی مسافت کم از کم اتنی ہو کہ جس میں قصر نماز پڑھنا درست ہو یعنی کم از

کم 88 کلومیٹر کی مسافت کی نیت سے (گھر سے) سفر پر روانہ ہو اس وقت روزہ چھوڑنا جائز ہے۔ 88 کلومیٹر سے کم فاصلہ کی مسافت اس اعتبار سے معتبر نہیں نہ تو اس میں قصر نماز پڑھنا درست ہے اور نہ ہی روزہ چھوڑنا درست ہے۔

☆ ہوائی جہاز، ٹرین، یا اسی نوع کی کسی بھی لگژری سواری کے ذریعے سفر کرنا جس سے سفر میں کسی قسم کی تکلیف محسوس نہ ہو اور اس کے ساتھ سب سامان آسائش موجود ہوں یا پھر یہ خیال ہو کہ شام تک گھر واپس پہنچ جانا ہے تو ایسی صورت میں حالت سفر میں بھی روزہ رکھ لینا بہتر ہے۔ اگر روزہ نہ بھی رکھے تب بھی اسے کوئی گناہ نہیں البتہ ادائیگی قضاء کے بعد بھی ماہ صیام کی فضیلت سے محرومی رہے گی اور اگر راستہ میں روزہ کی وجہ سے تکلیف اور پریشانی ہو یا کسی مرض کے بڑھ جانے کا احتمال ہو جیسے گردے اور ذیابیطس شکری کے مریض کو پانی کی قلت کے باعث تکلیف بڑھ جانے کا اندیشہ ہو تو روزہ نہ رکھنا بہتر ہے۔

☆ اگر مسافر کسی مقام پر پندرہ دن یا اس سے زیادہ قیام کے ارادہ سے مقیم ہو گیا ہو تو پھر روزہ چھوڑنا درست نہیں کیونکہ شرعی اعتبار سے اب وہ مسافر نہیں رہا البتہ اگر وہ پندرہ دن سے کم ٹھہرنے کی نیت ہو تو روزہ بے شک نہ رکھے کیونکہ شرعی اعتبار سے وہ مسافر ہے۔

حاملہ یا مرضعہ

دوران حمل نقاہت اور علالت اس قدر بڑھ گئی ہو کہ اگر وہ روزہ رکھ لے تو طبی اعتبار سے کسی قسم کی پیچیدگی پیدا ہو جانے کا امکان ہو یا بچے کو دودھ پلانے والی عورت کو اپنی زندگی مخدوش محسوس ہو تو رمضان کا روزہ نہ رکھے بعد میں قضا روزے رکھ لے۔ لیکن اگر بچے کا باپ مال دار اور صاحب ثروت ہے اور وہ بچے کیلئے کسی آیا یا دایہ کو دودھ پلوانے کیلئے رکھ سکتا ہو یا بچہ اوپر کا دودھ فیڈر وغیرہ سے پی سکتا ہو تو پھر اس بچے کو دودھ پلانے کی

غرض سے ماں کا روزہ چھوڑنا درست نہیں۔

مرض شدید

شدت مرض یا کسی ایسے مرض کا حملہ ہو کہ اس حالت میں روزہ فی الواقع مرض کی شدت میں اضافہ کا اندیشہ دامنگیر ہو تو روزہ رکھنے سے خدانخواستہ مرض میں پیچیدگی اور علامات و تکلیف میں اضافہ ہو سکتا ہے یا مرض جلد درست ہونے والا نہیں یا زندگی جانے کا خطرہ ہو تو روزہ نہ رکھے۔ جب صحت یاب ہو جائے تو اسکی قضاء رکھ لے لیکن محض تصور کر لینا کہ کہیں مجھے مرض میں اضافہ نہ ہو جائے فقط اپنے دل سے ایسا خیال کر لینے سے روزہ چھوڑ دینا درست نہیں ہے۔ جب کوئی مسلمان اور ذمہ دار معالج جو مسائل سے بخوبی آشنا ہو اور وہ پورے یقین سے یہ فتویٰ صادر کر دے کہ اگر موجودہ حالت میں روزے سے رکھو گے تو مرض شدت اختیار کریگا یا سخت تکلیف و اذیت میں مبتلا ہو جاؤ گے تو روزہ چھوڑنا درست ہے۔ معالج یا طبیب سے مراد ایسا ڈاکٹر یا حکیم ہے جو روزہ کی فرضیت اہمیت اور شرعی حیثیت سے بخوبی واقف ہو غیر مسلم کا قول معتبر نہیں ہے۔

کسے روزہ توڑ دینے کی اجازت ہے

☆ اگر کوئی شخص روزہ کی حالت میں اچانک بیمار ہو گیا تکلیف ناقابل برداشت ہے یا اس تکلیف سے زندگی جانے کا خطرہ ہے جیسے اچانک درد گردہ۔ اپینڈکس انجائنا ہو گیا۔ سانپ نے ڈس لیا یا کسی حادثہ میں شدید جریان خون ہو گیا تو ایسی حالتوں میں جبکہ دوا کھانا ناگزیر ہو تو روزہ توڑ دینا درست ہے یا شدت پیاس وغیرہ کے باعث جسم میں آبی رطوبات کی اس حد تک کمی ہو گئی کہ ہلاکت کا اندیشہ ہے تو بھی روزہ توڑ دینا درست ہے۔

☆ حاملہ خاتون کو روزہ کی حالت میں اچانک کوئی تکلیف ہو گئی مثلاً اچانک درد ہو گیا یا Bleeding شروع ہو گئی یا کوئی بھی ایسا عارضہ جس سے حاملہ یا جنین کی زندگی خطرے میں ہو تو بھی روزہ توڑ

دینا درست ہے۔

☆ خواتین کو کھانا وغیرہ پکاتے وقت حدت آنچ کے سبب شدید پیاس لگ گئی اور بے تابی واضطراب اس حد تک بڑھ گیا کہ حالت غیر ہوگئی تو ایسی صورت میں روزہ توڑ دینا جائز ہے۔

☆ محض تھکن، خستگی اعصاب اور عام جسمانی نقاہت کے ڈر سے ایسے ہی روزہ توڑنا جائز نہیں۔

حلق میں کچھ چلا جانا

حلق میں مکھی، مچھر، گرد وغبار، دھواں وغیرہ ازخود چلا جائے تو روزہ فاسد نہیں ہوا۔

حلق میں پانی چلا جانا

کلی کرتے وقت حلق میں پانی چلا گیا اور روزہ یاد تھا تو روزہ جاتا رہا قضاء واجب ہے کفارہ واجب نہیں۔

قے آنا

غیر اختیاری طور پر ازخود قے ہوگئی جس کی مقدار خواہ کم ہو یا زیادہ روزہ نہیں ٹوٹتا۔

قے کرنا

دانستہ قے کی اور منہ بھر کر قے ہوئی تو روزہ جاتا رہا۔

قے لوٹ جانا

قے قلیل مقدار میں ہوئی اور پھر خود بخود حلق میں لوٹ گئی اس طرح روزہ نہیں ٹوٹا البتہ قصداً قے لوٹانے سے روزہ ٹوٹ جاتا ہے۔

خوشبو۔عطر

گلاب، چمبیلی وغیرہ کا پھول سونگھنا، عطریات ہمہ اقسام، صندل اور کیوڑہ وغیرہ

سونگھنے یا ایسی خوشبو جس میں دھواں نہ ہو اسے سونگھنے اور لگانے سے روزہ فاسد نہیں ہوتا۔

دھونی

عود لوبان یا اسی نوع کی کسی دوا کی دھونی سلگھائی گئی پھر اسے اپنے پاس رکھ کر دانستہ سونگھنا شروع کر دیا جس سے دھواں حلق میں چلا گیا تو روزہ بھی چلا گیا۔

سگریٹ یا حقہ پینا

حقہ سگریٹ یا اسی نوع کی کوئی دوسری شے جو تمباکو نوشی کے زمرے میں آتی ہو اس دھواں حلق میں داخل ہونے سے روزہ ٹوٹ جاتا ہے۔

بیڑا، نسوار منہ میں رکھنا

بیڑا، تمباکو یا نسوار منہ میں رکھنے سے روزہ ٹوٹ جاتا ہے۔

نسوار لینا

معروف نسوار یا ادویاتی سفوف کو سونگھنا (زور سے اوپر کھینچنا) جائز نہیں کیونکہ اس کا جوف دماغ میں پہنچنا یقینی ہے اس لئے روزہ ٹوٹ جاتا ہے۔

اگربتی کا دھواں

لوباں، عود یا اگربتی وغیرہ جلا کر قصداً اپنے پاس رکھ کر سونگھنا یعنی اگربتی وغیرہ کا دھواں براہ راست ناک میں داخل ہو جائے تو روزہ فاسد ہو جاتا ہے اگر غیر ارادی طور پر یعنی روزہ دار اچانک کسی دوکان یا مکان میں داخل ہوا وہاں پہلے ہی سے اگربتی کا دھواں موجود تھا وہ ناک میں داخل ہو گیا تو اس سے روزہ فاسد نہیں ہوگا احتیاط کا تقاضا یہی ہے کہ ماہ صیام میں دن کے وقت مساجد میں اگربتی وغیرہ سلگھانے سے گریز کیا جائے۔

سگریٹ یا حقہ کا دھواں

روزہ کی حالت میں سگریٹ یا حقہ کا دھواں اپنے منہ میں جمع کرنے یا سانس کے

ساتھ اندر کھینچنے کی صورت میں روزہ ٹوٹ جائیگا جس پر قضا لازم ہے اور کفارہ نہیں ہے۔
البتہ روزہ دار کے پاس دوسرا شخص سگریٹ، بیڑی یا سگار پی رہا ہے تو اس سے روزہ فاسد نہیں ہوگا کیونکہ اس نے قصداً دھوئیں کو نہیں سونگھا۔

حلق میں خون اترنا

مسوڑھوں سے نکلنے والا خون یا پھر دانت داڑھ نکلوانے کے بعد عموماً خون حلق میں اتر جانے کے بارے میں علمائے کرام کا کہنا ہے کہ اگر اس خون کی مقدار لعاب دہن سے کم ہے یا پھر مساوی ہے تو حلق میں اتر جانے سے روزہ فاسد نہیں ہوا اگر خون کی مقدار لعاب دہن سے زیادہ ہے تو اس کے نگلنے سے روزہ فاسد ہوگیا۔ اس پر قضا واجب ہوگی کفارہ نہیں۔

حلق میں پیپ اترنا

مسوڑھوں یا منہ کی اندرونی ساخت یعنی لعاب دار جھلی Mucus Membrine میں انفیکشن کے باعث پیپ رسنا شروع ہو جائے تو اس کا حکم بھی خون والا ہے یعنی پیپ کا رنگ تھوک میں نظر آئے اور ذائقہ محسوس ہو تو اس پیپ کی مقدار اگر لعاب دہن سے زیادہ حلق سے نیچے اتر گئی تو روزہ فاسد ہوگیا اس پر قضا واجب ہوگی جبکہ کفارہ نہیں ہوگا۔

اس پیپ کو منہ میں جمع کرتے رہنا یعنی منہ میں روکے رکھنا مکروہ ہے۔

منہ میں آنسو یا پسینہ کے قطرات گرنا

منہ میں آنسو یا پسینہ وغیرہ کے قطرات چلے جائیں اور ان کا ذائقہ محسوس کیا گیا اس کے باوجود اسے نگل لیا تو روزہ فاسد ہوگیا۔ اس پر قضاء واجب ہوگی کفارہ نہیں۔

عادتاً کسی چیز کا نگلنا

کئی ایسی اشیاء جنہیں کھایا نہیں جاتا مگر لوگ عادتاً ایسے ہی منہ میں ڈال لیتے ہیں مثلاً کاغذ، کنکر، کوئلہ یا لکڑی کا ٹکڑا وغیرہ پھر اسے نگل لیا تو روزہ فاسد ہو جائے گا۔

مسواک کرنا

فقہا احناف نے روزہ کی حالت میں مسواک کرنے کی اجازت دی ہے خواہ وہ خشک لکڑی کی ہو یا سبز کی دونوں جائز ہیں۔
امام ابو یوسفؒ نے پانی میں بھگو کر مسواک کرنے کو مکروہ قرار دیا ہے سبز مرطوب مسواک کرنا بلا اختلاف رائے جائز ہے۔ اگر مسواک نیب (نیم) یا بیخ حنظل (جڑ تماں) کی ہو اور مسواک کرنے سے اسکی کڑواہٹ خواہ حلق میں محسوس ہو تب بھی کوئی حرج نہیں۔

مسواک کا ریشہ

مسواک کرتے وقت اگر مسواک کا ریشہ حلق میں چلا جائے اور پھر پیٹ میں پہنچ جائے تو اس سے روزہ فاسد نہیں ہوتا۔

دانتوں یا مسوڑھوں کا خون

مسوڑھوں سے خون نکل کر حلق میں چلا جائے تو اس کے بارہ میں دو صورتیں ہیں پہلی صورت یہ کہ اگر خون کی مقدار تھوک کی مقدار سے کم ہے تو اتنی مقدار کے حلق سے نیچے اتر جانے سے روزہ فاسد نہیں ہوگا اور اگر تھوک اور خون کی مقدار مساوی ہے یا خون کی مقدار تھوک سے زیادہ ہے اور حلق میں خون کا ذائقہ محسوس ہو تو اس سے روزہ ٹوٹ جاتا ہے۔

دانت نکلوانا

احسن الفتاویٰ اور درمختار کے مطابق ضرورت کے پیش نظر دانت نکلوانا جائز ہے اور بلا ضرورت مکروہ مگر راقم کا نظریہ یہ ہے کہ دانت نکالنے سے قبل مسوڑہ سن کرنے کیلئے انجکشن یا سپرے کی صورت میں Local Anasthesia استعمال کیا جاتا ہے چونکہ مذکورہ انجکشن یا سپرے مخدر اثرات کا حامل ہوتا ہے جو مقامی طور پر جلد اور گوشت کو سن کرتا ہے اس لحاظ سے مکروہ کے زمرے میں آئے گا یعنی اگر انجکشن لگا کر دانت نکالا جائے تو روزہ مکروہ ہوگا اور یہ بھی ناممکن نہیں کہ انجکشن لگاتے وقت دوا براہ راست حلق میں

پہنچ جائے۔

منجن، ٹوتھ پاؤڈر، ٹوتھ پیسٹ کا استعمال

بحالت روزہ ٹوتھ پیسٹ، ٹوتھ پاؤڈر، ادویاتی سنون، گم پینٹ، دنداسہ وغیرہ لگانا مکروہ ہے۔

اور روزہ کی حالت میں ایسی اشیاء کے استعمال سے گریز کرنا چاہئے۔ اگر اس میں سے کچھ مقدار حلق میں اتر جائے تو روزہ جاتا رہے گا۔

منہ میں دوا لگانا

اگر منہ میں یا مسوڑھوں پر دوا لگائی جائے تو جائز ہے بشرطیکہ دوا لگانا ضروری ہو مگر یہ احتیاط رہے کہ دوا حلق سے نیچے نہ اترے۔

آنکھوں میں دوا ڈالنا

فقہا نے لکھا ہے کہ آنکھوں میں چاہے سیال دوا ڈالی جائے یا جامد اور پھر چاہے اس کا مزا حلق میں محسوس ہی کیوں نہ ہو اس دوا کے سبب روزہ نہیں ٹوٹے گا۔

فتاویٰ عالمگیری میں ہے کہ اگر آنکھ میں دوا ٹپکائی جائے تو روزہ فاسد نہ ہوگا گو کہ حلق میں اس کا مزا محسوس ہو۔

خلاصۃ الفتاویٰ میں ہے کہ سرمہ لگانا روزہ پر اثر انداز نہیں ہوتا اگرچہ اس کا مزہ (ذائقہ) ہی کیوں نہ ہو۔

یہ تو فقہا کی آراء ہیں لیکن اس مسلہ کا تعلق طب اور میڈیکل سائنس سے ہے تشریح الاعضا یعنی Anatomy کے مطابق آنکھ کا حلق کی طرف منفذ موجود ہے چنانچہ تجربہ ہے کہ آنکھ میں ڈالی گئی دواؤں کا ذائقہ فوراً حلق میں محسوس ہوتا ہے۔ اس لئے آنکھوں میں سیال ادویہ (Eye drops) کا ڈالنا مفسد صوم ہے۔

ناک اور کان میں دوا ڈالنا

صاحب ہدایہ لکھتے ہیں کہ ناک اور کان کی راہ اگر پانی اندر چلا جائے تو روزہ نہیں ٹوٹتا

البتہ کسی بھی قسم کی دوا یا تیل وغیرہ ڈالنے سے روزہ ٹوٹ جاتا ہے کیونکہ ان کا موقف یہ ہے کہ ناک اور کان کی راہ پانی داخل ہو کر اصلاح بدن نہیں کرتا البتہ دوا یا تیل ڈالنا اصلاح بدن کے زمرے میں آئے گا۔

ہلاس (نسوار یا خشک دوا) کا اگر جوف دماغ میں پہنچنا یقینی ہو تو روزہ فاسد ہو جائے گا اور فاسد ہونے کی صورت میں صرف قضا واجب ہوگی چونکہ میڈیکل سائنس کے مطابق کان اور دماغ یا معدہ کے درمیان کوئی منفذ نہیں ہے بلکہ کان کے سرے پر ایک پردہ موجود ہے جو اس راستہ کو بند کر دیتا ہے۔

روزہ کی حالت میں انجکشن

روزہ کی حالت میں انجکشن لگانا خواہ وہ Intramuscular ہو یا Intravenous دونوں حالتوں میں دوا کے اثرات وریدوں، شریانوں یا عروق شعریہ (Capllaries) کے توسط سے قلب و دماغ یا معدہ میں پہنچتے ہیں اور دوا ایسی راہ سے گزرتی ہے جو اسکی حقیقی راہ یعنی ''منفذ'' نہیں ہے۔

بعض بزرگوں نے اس بات کو نظیر کے طور پر پیش کیا ہے کہ اگر سانپ ڈس جائے تو اس کا زہر تمام بدن میں پھیلتا ہے مگر اس زہر کے بدن میں سرایت کر جانے کی بنا پر روزہ ٹوٹنے کا ذکر کہیں نہیں ملتا کیونکہ وہ زہر فطری منفذ سے نہیں پھیلتا اس لئے مفسد صوم نہیں ہے۔ فقہ اسلامی کی رو سے وہی چیز مفسد صوم ہوگی جو بدن کی اصلاح کرتی ہو۔ چونکہ سانپ کا زہر اصلاح بدن نہیں کرتا اسلئے مفسد صوم نہیں ہے۔

یہی اصول انجکشن کیلئے ہے۔ چونکہ کوئی بھی انجکشن روزہ کی حالت میں انتہائی مجبوری (Emergency) میں شدید تکلیف کے دفعیہ کیلئے ہی لگایا جا سکتا ہے جس سے بھوک یا پیاس میں کمی واقع نہیں ہوتی۔ لہٰذا بحالت روزہ کسی بھی قسم کا انجکشن لگوا لینے سے روزہ نہیں ٹوٹتا۔

روزہ کی حالت میں گلوکوز

بہت سے مریض یہ جاننا چاہتے ہیں کہ کیا روزہ کی حالت میں گلوکوز

(Dextrose) خالص یا کسی خاص انجکشن کی آمیزش کے بعد Intravenous لگانے سے روزہ ٹوٹ جاتا ہے کیونکہ عام لوگوں کا خیال ہے کہ گلوکوز سے جسم میں حرارت پیدا ہو کر تقویت پہنچتی ہے اور اس سے بھوک و پیاس کا احساس بھی کم ہو جاتا ہے۔

فتاوی محمودیہ کے مطابق گلوکوز (انجکشن) لگانے سے روزہ فاسد نہیں ہوتا'' جدید فقہی مسائل'' کے مولف کا موقف یہ ہے کہ گلوکوز کا بھی انجکشن کی طرح ایک ایسی راہ سے گزر ہے جو اس کی حقیقی راہ اور فقہا کے قریب ''منفذ نہیں ہے لہٰذا گلوکوز لگانے سے روزہ نہیں ٹوٹتا۔

روزہ کی حالت میں خون لگوانا (Blood Transfeuision)

عموماً خون کسی ہنگامی حالت (Emergency) میں انسانی زندگی بچانے کیلئے ٹرانسفیوژ کیا جاتا ہے مذکورہ بالا (دو) فقہی نظائر کی بنیاد پر حالت روزہ میں خون لگوانا بھی جائز ہے۔

گہرے زخم میں دوا ڈالنا

فقہا کے نزدیک زخم دو قسم کے ایسے ہیں جن میں دوا ڈالنے کو فقہا نے مفسد صوم قرار دیا ہے یعنی (1) آمہ (2) جائفہ

- ☆ آمہ سر کے اس گہرے زخم کو کہتے ہیں جو اصل دماغ تک پہنچ گیا ہو اور اس کے ذریعہ دوا بھی وہاں تک پہنچ جاتی ہو۔
- ☆ جائفہ پیٹ کے اس زخم کو کہتے ہیں جو معدہ تک گہرا ہو اور اس کے ذریعے ادویات پیٹ تک پہنچ جاتی ہوں اس طرح گویا یہ زخم معدہ اور دماغ تک پہنچنے کے لئے بلاواسطہ راہ اور منفذ پیدا کر دیتے ہیں اس لئے اس میں دوا ڈال دینا امام ابوحنیفہ رحمتہ اللہ علیہ کے نزدیک مفسد صوم ہے اس کے برعکس دوسرے زخموں پر دوا ڈالنا مفسد صوم نہیں ہے چاہے وہ کوئی بھی زخم ہو۔

اگرچہ کوئی بھی ایسا زخم جو جسم کے اندرونی حصے تک پہنچتا ہو اس پر ڈالی گئی ادویہ بالواسطہ معدہ یا دماغ تک پہنچ ہی جاتی ہیں مگر اس سے روزہ نہیں ٹوٹتا۔

بواسیری مسوں پر دوا لگانا

بواسیر کے مسے جو باہر ہوں ان پر دوا لگانا جائز ہے مگر اندرونی طور پر نہیں یا دوا کسی آلہ (Applicator) کے ذریعے کسی بھی قسم کی دوا جسم کے اندر داخل کرنا جائز نہیں۔

انیما یا حقنہ

بحالت روزہ Anema کرنے سے بلا اختلاف روزہ ٹوٹ جاتا ہے کیونکہ فقہی لحاظ سے اجزائے انیما (پانی، صابن، سارچ وغیرہ) کا مرکب محلول مبرز کی راہ جسم میں داخل کیا جاتا ہے جو براہ راست آنتوں میں پہنچتا ہے اور اصلاح بدن کرتا ہے اور روزہ ٹوٹ جاتا ہے۔

روزے کی قضا

قضاء کیا ہے؟

قضاء سے مراد یہ ہے کہ وہ شخص جو کسی وجہ سے رمضان میں کوئی روزہ نہیں رکھ سکا تو رمضان کے علاوہ چھوٹے ہوئے روزے کے بدلے میں روزہ رکھے اور پھر ایسے دن روزہ رکھے جس میں نفلی روزہ رکھنا مباح ہو چنانچہ ایسے دن جن میں روزہ رکھنا منع ہیں یا وہ دن جو فرض روزے کیلئے مخصوص ہیں یا وہ دن جن میں بطور خاص روزے رکھنے کی نذر مانی ہوا ایسے تمام دنوں میں رمضان کے روزے کی قضاء کا روزہ نہیں رکھا جا سکتا - رمضان کے چھوٹے ہوئے روزے کے بدلے میں قضاء کا روزہ فوراً بعد ہی رکھنا واجب نہیں ہے بلکہ اس کے وجوب میں یہ وسعت ہے کہ کسی بھی وقت رکھا جا سکتا ہے ام المومنین حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا رمضان کے روزوں کی قضا شعبان میں کیا کرتی تھیں۔

شعبان میں قضاء کا مفہوم یہ نہیں کہ صرف شعبان ہی میں قضاء روزے رکھے جائیں بلکہ کبھی بھی رکھے جا سکتے ہیں۔

روزوں کی قضا میں یہ بھی ضروری نہیں کہ مسلسل روزے رکھے جائیں ارشاد باری تعالیٰ ہے۔

''اور جو کوئی مریض ہو یا سفر پر ہو تو دوسرے دنوں میں روزوں کی تعداد پوری کرے۔'' (البقرہ ۱۸۵)

اس آیت مبارکہ میں قضا کیلئے ایام مختص نہیں فرمائے بلکہ فرمایا

''دوسرے دنوں میں تعداد پوری کرے'' اس سے مراد یہ ہے کہ جب بھی ممکن ہو۔ قدرت ہو رکھ لے۔

حضرت عمر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا۔

''چاہے مسلسل رکھے اور چاہے وقفوں کے ساتھ''

روزہ کی قضا میں تاخیر

جیسا کہ اوپر وضاحت کی گئی کہ روزہ کی قضاء کیلئے نہ تو وقت کا تعین ہے اور نہ ہی مسلسل روزے رکھنے کا کوئی حکم ہے بہتر تو یہی ہے جس قدر جلد ممکن ہو روزے رکھے جائیں بعض اوقات کسی مجبوری کی بنا پر ادائیگی قضا میں اس حد تک تاخیر ہو جاتی ہے کہ دوسرا رمضان آ جاتا ہے تو ایسی صورت میں امام مالک اور امام شافعی رحمتہ اللہ کے نزدیک اگر تاخیر بغیر کسی عذر کے واقع ہوئی ہے تو وہ پہلے موجودہ رمضان کے روزے رکھے اس کے بعد ان روزوں کی قضا کرے جو گذشتہ رمضان کے اس کے ذمہ باقی ہیں اور ہر روزے پر فدیہ بھی ادا کرے احناف اور امام بصری کے نزدیک اگر دوسرا رمضان شروع ہو جائے تو پہلے موجودہ رمضان کے روزے رکھے اس کے بعد ان روزوں کی قضاء رکھے جو اس کے ذمے باقی ہیں اور اس تاخیر سے اس پر کوئی فدیہ نہیں ہے خواہ تاخیر کسی عذر کی بنا پر ہوئی ہو یا بغیر عذر کے۔

فوت ہو جانے والے کے روزے کی قضا

☆ ام المومنین حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا جو شخص مر جائے اور اس پر روزے ہوں تو اس کی طرف سے اس کا ولی روزہ رکھے۔
(صحیح بخاری، صحیح مسلم)

☆ حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہما سے مروی ہے کہ ایک شخص رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے پاس آیا اور کہا اے اللہ کے رسول میری ماں مر گئی اور اس پر ایک مہینہ کے روزے تھے کیا میں اس کی طرف سے ان روزوں کو ادا کر دوں؟ تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ''اگر تیری ماں پر کچھ قرض ہوتا تو کیا تو اس قرض کو اس کی طرف سے ادا

کرتا؟ اس شخص نے جواب دیا ہاں - ضرور - تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ اللہ تعالیٰ کا فرض ادا کرنے کے زیادہ لائق ہے -
(صحیح مسلم)

قضا و کفارہ دونوں واجب

روزہ توڑنے یا ٹوٹ جانے کی صورت میں اس کی نوعیت کے مطابق کبھی صرف قضاء روزہ رکھنا ہوتا ہے کبھی صرف کفارہ اور بعض ایسی صورتیں جن میں روزہ ٹوٹ جانے پر قضا اور کفارہ دونوں لازم ہوتے ہیں -
جو حسب ذیل ہیں -

☆ کسی بزرگ کا لعاب دہن (تھوک) تبرک سمجھ کر چاٹ لینا یا بچے کی رال نگل جانا -
☆ قصداً کچا گوشت یا چاول کھالینا -
☆ سبزی وغیرہ بناتے وقت سبزی کا ٹکڑا منہ میں ڈال لینا اور پھر اسے نگل جانا -
☆ دانستہ حقہ، بیڑی، سگریٹ، سگار وغیرہ پینا -
☆ اگر کسی نے تھوڑی سی نسوار بحالت روزہ منہ میں رکھ کر فوراً نکال دی پھر بھی اسے مفسد صوم قرار دیا گیا ہے - اس سے قضاء کفارہ دونوں واجب ہوں گے -

کفارہ کے مسائل

☆ روزہ نام ہے کھانے پینے اور عمل مباشرت سے احتراز کا - بشرطیکہ یہ تینوں چیزیں روزہ کی نیت سے چھوڑ رکھی ہوں -

اگر کسی شخص نے رمضان المبارک کے روزہ کی نیت کر لی پھر قصداً کھا پی کر روزہ توڑ لیا تو اس پر کفارہ واجب ہوتا ہے اور قضاء بھی کفارہ یہ ہے کہ ایک غلام یا لونڈی آزاد کرے اور اگر غلام دستیاب نہ ہو یا اس کی قیمت نہ ہو تو لگاتار دو ماہ روزے رکھے اور یہ روزے

رمضان المبارک کے روزوں کے علاوہ ہوں گے - اور اگر کسی کو لگاتار دو ماہ کے روزے رکھنے کی طاقت نہ ہو تو ساٹھ مسکینوں کو صبح و شام پیٹ بھر کر کھانا کھلا دے اگر کھانا نہ کھلائے تو ہر مسکین کو اتنا اناج یا اتنے اناج کی قیمت دے دے جتنا صدقہ فطر میں دیا جاتا ہے یعنی اناج کی قیمت ادا کر دینے سے بھی کفارہ ادا ہو جائے گا -

☆ روزہ کے توڑنے سے کفارہ اس صورت میں لازم آتا ہے جبکہ رمضان المبارک کے روزہ کو قصداً توڑ دے - اور رمضان المبارک کے سوا اور کسی روزہ کے توڑنے سے کفارہ واجب نہیں ہوتا چاہے جس طرح بھی ٹوٹے اگرچہ وہ روزہ رمضان المبارک کے روزے کی قضا ہی کیوں نہ ہو - البتہ اگر اس روزہ کی نیت رات سے نہ کی گئی ہو یا روزہ کے بعد عورت کو اسی دن حیض آ گیا ہو تو اس کے توڑنے سے کفارہ واجب نہیں مگر قضا پھر بھی واجب رہے گی -

فدیہ اور اس کی مقدار

فدیہ کیا ہے؟

فدیہ سے مراد ہے کہ اگر کوئی شخص انتہائی ضعیف ونحیف ہوگیا ہو کہ روزہ رکھنے کی طاقت نہ رہی ہو یا اس قدر بیمار ہے کہ جلد صحت یابی کے امکانات نہ ہوں تو ایسے شخص کو روزہ نہ رکھنے کی اجازت ہے۔ یا دوسری صورت میں کسی اور شرعی عذر کی بنا پر رمضان کا روزہ اگر نہیں رکھ سکا اور پھر بعد میں قضاء بھی ادا نہ کرسکا تو اس کی ایک صورت یہ ہے کہ وہ فدیہ ادا کرے پھر اس کے ذمے قضا نہیں رہے گی۔ یعنی ایک روزہ کے بدلے میں ایک مسکین کو صدقہ فطر کے برابر غلہ دے یا صبح وشام پیٹ بھر کر کھانا کھلائے تو اس عمل کو اصطلاح شریعت میں ''فدیہ'' کہا جاتا ہے۔

☆ فدیہ کی گندم کو اگر تھوڑا تھوڑا کر کے کئی مساکین میں تقسیم کیا جائے تو بھی درست ہے۔

☆ فدیہ دینے کے بعد اگر قوت بحال ہوگئی یا بیماری سے صحت یابی ہوگئی تو سب قضاء روزے رکھنا پڑیں گے اور جو فدیہ دیا ہے اس کا الگ ثواب ہوگا۔

ادائیگی قضاء کی وصیت

کسی شخص کے ذمہ کئی روزے علالت یا ضعف کے سبب قضاء ہوگئے ہوں اور مرتے وقت اس نے یہ وصیت کی کہ میرے روزوں کا فدیہ ادا کر دیا جائے تو متوفی کے ولی کو

چاہیے کہ وہ تکفین وتدفین اور ادائیگی قرض کے بعد جتنا مال بچے اسکی ایک تہائی میں سے اگر سب فدیہ ادا ہو جائے تو ادا کر دینا واجب ہوگا اور اگر سب فدیہ نہ نکلے تو جس قدر نکلے دے دیا جائے۔ (امداد مسائل الصوم بحوالہ درمختار)

اگر وصیت نہیں کی

اگر متوفی نے اپنی زندگی میں اپنے ذمہ قضاء روزوں کے بارے میں کچھ وصیت نہیں کی اور اس کا ولی (متوفی کی طرف سے) روزے رکھ لے یا اسکی طرف سے قضاء نمازیں پڑھ لے تو یہ درست نہیں اور متوفی کے ذمہ وہ قضاء باقی رہے گی حتی کہ فدیہ ادا نہ کیا جائے۔

(امداد مسائل الصوم بحوالہ ہدایہ)

حاملہ اور کمزور عورت کا فدیہ

حاملہ، مرضعہ یا کمزور اور مریض عورت کیلئے روزے کا فدیہ دینا کافی نہیں ہے اور اگر فدیہ دے دیا گیا پھر بھی صحت یابی کے بعد روزے کی قضاء ضروری ہے۔

(تحفہ رمضان المبارک بحوالہ فتاوی دارالعلوم۔ درمختار)

فدیہ کی مقدار

جو شخص رمضان کے جتنے روزے نہ رکھ سکا ہو وہ ہر روزے پر فدیہ دے۔
فدیہ کی تفصیل حسب ذیل ہے۔

☆ ایک مسکین کو صبح وشام پیٹ بھر کر کھانا کھلا دینا

☆ کسی مسکین کو ایک صدقہ فطر کے برابر یعنی نصف صاع (پونے دو سیر جو موجودہ ناپ تول کے نظام کے مطابق ایک کلو 574 گرام 640 ملی گرام) گندم یا اسکی قیمت ادا کرے یا پھر جو یا کھجور (دونوں

میں سے ایک) ایک صاع دے دے یعنی گندم کے وزن سے دوگنا ادا کرے- ایک روزہ کا فدیہ متعدد مساکین کو دیا جاسکتا ہے اور اسی طرح ایک مسکین کو متعدد روزوں کو فدیہ دینا جائز ہے-

حضرت انس رضی اللہ عنہ کے بارے میں روایت ہے کہ آپ ایک سال کمزوری کی وجہ سے روزے رکھنے پر قادر نہ ہوسکے تو آپ نے کھانے ایک بڑا لگن تیار کرایا اور تیس مسکینوں کو بلا کر انہیں شکم سیر کھانا کھلا دیا- (فقہ انساء بحوالہ الجامع الاحکام القرآن)

طویل الاوقات علاقوں میں روزہ

جہاں چھ ماہ کا دن اور چھ ماہ کی رات ہو

روزہ کے مسائل کے سلسلہ میں اس سوال کو اکثر دہرایا جاتا ہے کہ قطبین پر یعنی جہاں چھ ماہ کا دن اور چھ ماہ کی رات ہوا کرتی ہے وہاں روزہ کیسے رکھا جائے گا یا پھر وہاں رمضان یا روزہ کے اوقات کا تعین کس طرح کیا جائے گا-

جب آفتاب خط استواء پر ہوتا ہے تو اس کی روشنی دونوں قطبوں پر پہنچتی ہے- لیکن جس قدر سورج خط استوا سے شمال کی طرف آتا ہے اسی قدر اس کی روشنی قطب شمالی کے آگے بڑھتی اور قطب جنوبی سے قدرے ہٹتی جاتی ہے اسی لئے قطب شمالی پر دن اور قطب جنوبی پر رات ہوتی جاتی ہے مگر سورج خط استوا سے تین مہینوں میں تو شمال کی طرف آ کر خط سرطان پر پہنچتا ہے اور پھر تین ہی مہینوں میں خط سرطان سے خط استوا پر آتا ہے پس ان چھ مہینوں میں قطب شمالی آفتاب کی روشنی سے منور اور قطب جنوبی اس سے غائب ہوتا ہے اور ایسا ہی بقیہ چھ مہینے- جب آفتاب نصف کرہ جنوبی میں ہوتا ہے اور اسی واسطے ان پر دونوں قطب جنوبی پر دن اور قطب شمالی پر رات ہوتی ہے یعنی 21 مارچ سے 22 ستمبر تک آفتاب نصف کرہ شمالی میں رہنے کے سبب قطب شمالی پر دن اور قطب جنوبی پر رات ہوتی ہے پس جہاں رات چھ ماہ کی اور دن چھ ماہ کا ہو وہاں روزہ رکھنے کا انتظام وانصرام کیونکر ممکن ہے کیونکہ کسی انسان کی اتنی بساط نہیں کہ وہ چھ ماہ کا روزہ رکھ سکے اور چھ ماہ تک غروب آفتاب کا منتظر رہے-

فقہا کرام نے اس پیچیدہ مسئلہ کے جواب مرتب کئے جو حسب ذیل ہیں-

☆ روزہ کے اوقات کے تعین کی تصریح قرآن و حدیث میں فرمادی گئی ہے کہ طلوع فجر سے غروب آفتاب تک کا درمیانی وقت روزہ کے لئے مقرر کیا گیا ہے۔ اس پر امت کا اجماع بھی ہے اگرچہ بعض جزوی باتوں پر قدرے اختلاف بھی پایا جاتا ہے بہرحال روزہ کے اصل اوقات یہی ہیں۔ جغرافیائی اور موسمی حالات سے ان اوقات میں کمی بیشی ہوتی رہتی ہے۔ اگر اوقات کا تھوڑا بہت فرق ہو یعنی دن 12 گھنٹوں کی بجائے پندرہ یا سولہ گھنٹوں کا ہو جائے تب تو روزہ کا یہی حکم رہے گا لیکن اگر غیر معمولی فرق ہو جائے مثلاً 20 یا 22 گھنٹوں کا دن ہو جائے اور دو چار گھنٹوں کی رات رہ جائے تو بھی قرآن و حدیث کے عمومی احکام کا تقاضا ہے کہ روزہ طلوع فجر سے غروب آفتاب تک ہو لیکن جہاں ایک طویل عرصے تک دن اور اسی طرح رات کا سلسلہ رہتا ہے وہاں جس طرح نماز کے اوقات کا اندازہ سے تعین کیا جائے گا اسی طرح ماہ صیام کی آمد اور روزہ کے اوقات کا بھی۔ یعنی ایسے مقامات پر مقیم باشندوں کو ان مقامات کے مطابق عمل کرنا چاہئے جو ان سے قریب ہیں اور وہاں معمول کے مطابق دن و رات کا سلسلہ ہے۔ یہی نماز کے لئے ہوگا کیونکہ وقت کی حیثیت محض علامت کی ہے۔

☆ کچھ علماء کرام نے قطبین اور گرین لینڈ وغیرہ میں روزہ رکھنے کے مسئلہ کو فقہی طور پر یوں واضح کیا ہے۔۔۔ قرآن حکیم میں ارشاد ہوا

"فمن شهد منكم الشهر فليصمه"۔

"جو شخص ماہ رمضان کو پائے وہ اس میں روزے رکھے۔"

ان علاقوں (قطبین اور گرین لینڈ وغیرہ) میں روزہ اس وقت فرض ہوگا جب رمضان کا مہینہ آئے گا جہاں رمضان کی نوبت نہیں آتی اور جہاں رمضان موجود ہی نہیں وہاں روزہ بھی نہیں۔ ایسے مقامات پر یہی حال نماز کا ہے کیونکہ اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں۔

ان الصلوٰة كانت على المؤمنين كتاباً موقوتا۔

تو جہاں یہ اوقات نہیں وہاں عبادات موقوتہ بھی نہیں جس طرح چور کا ہاتھ کاٹنا قرآن حکیم کا فیصلہ اور اسلام کا عمل درآمد تھا اور ہاتھ کٹے چور مسلمان بھی ہو جاتے اور مسلمان بھی ہوتے تھے وہ لوگ نمازیں بھی پڑھتے تھے اور تلاوت قرآن بھی کرتے تھے تو قرآن کریم کو ہاتھ لگانے سے قبل وضو اور تیمم کے وقت دونوں ہاتھوں کا دھونا یا مسح کرنا بھی ضروری تھا مگر جہاں ہاتھ ہی نہیں تو وہاں دھونا کیسا؟

☆ اسی ہی طرح فقہا لکھتے ہیں کہ جہاں رمضان نہیں وہاں روزہ کیسا؟

بعض علماء نے فرمایا کہ مقصود بالذات خود نماز اور روزہ ہے اور اوقات کا تعین وہاں ہے جہاں اوقات ہوں اور جہاں اوقات نہ ہوں وہاں وہ عبادات مقصورہ ساقط نہیں ہوں گی البتہ اوقات کا اندازہ سے تعین کر کے نماز بھی پڑھی جائیگی اور روزہ بھی رکھا جائے گا۔

احتیاط اسی قول میں ہے کہ اگر کسی کے نزدیک آیت موصوفہ اسی حکم پر دلالت کرنے کے لئے کافی نہ ہو اور اس کی وجہ سے اس حکم کو غیر مذکور فی القرآن کہا جائے تو اس صورت میں اس کا جواب یہ ہوگا کہ بالعموم قطبین پر بنی آدم کے علاوہ دوسرے جانداروں کی آبادی بوجہ انجماد برف اور آب و برودت قریباً ناممکن نظر آتی ہے۔ اس لئے جہاں خدا نے بنی آدم کی آبادی ہی نہیں رکھی وہاں روزہ کا تعین بھی نہیں ہوا۔

اب دوبارہ اسی جواب مذکورہ کی طرف آؤں گا جس کی شرح یوں ہوگی کہ ماہ رمضان یا ماہ صیام قمری مہینہ ہے چنانچہ اللہ تعالیٰ بعد ایجاب وصوم اس کا وقت بتلانے کیلئے فرماتے ہیں "رمضان کا مہینہ وہ ہے جس میں قرآن نازل ہوا" اور قمری مہینہ 29 دن 12 گھنٹے 24 منٹ کا ہوتا ہے پس جہاں یہ قمری مہینہ نہیں وہاں روزے بھی نہیں ہیں۔

31 واں روزہ

مختلف ممالک کے مابین اوقات اور مطلع کے فرق کی بناء پر رویت ہلال میں ایک دن کا فرق آجاتا ہے۔ کسی دوسرے ملک سے موازنہ کرنا تو دور کی بات ہے ہمارے اپنے ملک پاکستان میں کئی بار ایسا ہو چکا ہے کہ شمال سرحدی علاقوں (پشاور وغیرہ) میں ایک دن کا فرق ہوتا ہے۔

بعض اوقات ایسی صورت بھی ہوتی ہے کہ ایک شخص ایک ملک سے رمضان المبارک کے تیس روزے پورے کرکے آتا ہے اور جہاں وہ آتا ہے وہاں رمضان کا ایک روزہ باقی ہوتا ہے۔

مثلاً ایک شخص سعودی عرب میں تیس روزے مکمل کرکے تیس رمضان ہی کو پاکستان آجاتا ہے اور یہاں ابھی ایک روزہ باقی ہوتا ہے تو ایسی صورت میں وہ روزہ جو گنتی کے اعتبار سے اکتیسواں ہوتا اس شخص کے ذمہ فرض نہیں ہے۔ کیونکہ حدیث مبارکہ کے مفہوم کے مطابق رمضان کے تیس روزے ہی ہیں۔

اگر ایک روزہ احترام رمضان میں رکھ لیا جائے تو بہتر ہے۔

اگر یہ روزہ نہ رکھا جائے تو قضا یا کفارہ واجب نہ ہوگا۔

مخصوص مسائل

روزہ بحالت حیض

حیض ونفاس ایسے عذر ہیں جن کی بنا پر ہر عورت کیلئے روزہ نہ رکھنے کی تلقین ہے یعنی مذکورہ دونوں صورتوں میں روزہ نہ رکھنا واجب ہے۔ لہٰذا اگر روزہ کی حالت میں کسی خاتون کو حیض شروع ہو جائے تو شرعی اعتبار سے روزہ فاسد ہو گیا مگر اس پر واجب ہے کہ احترام رمضان میں کھانے پینے سے اجتناب کرے۔ ایسی حالت میں روزہ رکھنا جائز نہیں۔ اگر حالتِ حیض میں کوئی خاتون روزہ رکھے گی تو روزہ باطل ہوگا اور اس دن کی قضاء لازم ہوگی چونکہ روزہ رکھنے کی شرائط یہ ہیں کہ وہ حیض ونفاس سے پاک ہو۔ لہٰذا یہ ایک شرعی عذر ہے اس بنا پر نہیں رکھا جاسکتا البتہ ایام حیض کے روزوں کی قضاء واجب ہے۔

حیض سے قبل روزہ نہ رکھنے کی نیت

اکثر خواتین کا ماہانہ نسائی نظام اس حد تک درست ہوتا ہے کہ انہیں مقررہ تاریخ پر حیض شروع ہو جاتا ہے۔ ایسی عورت اس خیال سے کہ کل مجھے حیض شروع ہو جانا ہے اس لئے میں کل روزہ نہیں رکھوں گی تو اگلے روز اسے حیض جاری ہوا یا نہ ہوا امام مالک کے نزدیک اس پر کفارہ واجب ہوگا کیونکہ ان کے خیال میں ایسے عذر کا سہارا لیکر جو فی الواقع موجود نہ ہو لیکن اس کے وقوع کا امکان ہو اور یہ بھی ممکن ہے کہ وہ واقع نہ ہو تو ایسی صورت میں کفارہ واجب ہوگا۔

حیض ونفاس والی عورت پر روزوں کی قضا فرض ہے

امام مسلم رحمتہ اللہ علیہ نے روایت کیا ہے کہ معاذہ بیان کرتی ہیں کہ میں نے ام المومنین حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا سے پوچھا کیا سبب ہے کہ حائضہ پر روزوں کی قضا واجب ہے اور نماز کی قضا واجب نہیں۔ حضرت عائشہ نے فرمایا کیا تم خارجی ہو؟ معاذہ کہتی ہیں کہ میں نے کہا میں خارجی نہیں ہوں البتہ میں یہ بات پوچھ رہی ہوں ام المومنین رضی اللہ عنہا نے فرمایا وجہ کیا ہوگی نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی موجودگی میں جب ہمیں حیض کا خون آتا تھا تو ہمیں روزے کی قضا کا حکم دیا جاتا تھا اور نماز کی قضا کا حکم نہیں دیا جاتا تھا۔ لہٰذا حیض کے دنوں کی قضا واجب ہے۔

اگر حیض طلوع فجر سے پہلے رک جائے

امام مالک رحمتہ اللہ علیہ کا مسلک ہے کہ اگر حیض ونفاس والی عورت طلوع فجر سے ایک لمحہ پہلے بھی صاف ہو جائے تو اس پر اسی وقت روزے کی نیت کرنا واجب ہے۔

امام نووی رحمتہ اللہ علیہ نے اسی مسئلہ کی وضاحت میں لکھا ہے کہ حیض ونفاس والی عورت کا خون اگر رات میں کسی وقت بند ہو جائے اور غسل کرنے سے پہلے فجر طلوع ہو جائے اور وہ روزہ رکھ لے تو اس کا روزہ صحیح ہوگا۔ اور اس پر اس دن کا روزہ پورا کرنا واجب ہے خواہ طلوع فجر سے پہلے غسل اس نے قصداً نہ کیا ہو یا غسل کرنا بھول گئی ہو یا کسی عذر کی بنا پر غسل نہ کر سکی ہو گویا اس حالت میں وہ جنبی کی مانند ہے یعنی جنبی حالت جنابت میں غسل کئے بغیر روزہ رکھ سکتا ہے اور اس کا روزہ صحیح ہوگا۔

حاملہ اور مرضعہ کو روزہ نہ رکھنے کی اجازت

قرآن حکیم میں ارشاد ہوا۔

''اور جو لوگ روزہ رکھنے کی قدرت رکھتے ہوں (پھر نہ رکھیں) تو وہ فدیہ دیں۔ ایک روزے کا فدیہ ایک مسکین کا کھانا ہے۔ (سورۃ البقرہ ۱۸۴)

☆ ابوداود نے حضرت عکرمہ سے روایت کیا ہے کہ حضرت ابن عباس

رضی اللہ عنہ نے اس کی شرح میں یہ کہا ہے کہ یہ رخصت بہت زیادہ بوڑھے مردوں اور عورتوں کیلئے ہے اگر وہ کھانا کھلانے کی طاقت رکھتے ہوں تو خود روزہ نہ رکھیں اور ایک روزہ کے بدلے ایک مسکین کو کھانا کھلائیں۔

اسی ہی طرح حاملہ اور بچے کو دودھ پلانے والی عورتوں کو اگر اپنے بچے کے بارہ میں یہ خوف ہو کہ روزہ رکھنے سے انہیں نقصان پہنچے گا تو وہ بھی روزہ نہ رکھیں اور ایک روزہ کے بدلہ میں ایک مسکین کو کھانا کھلائیں۔

☆ حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہما اپنی ایک لونڈی سے (جو ان کے بچے کی ماں اور حاملہ تھیں) یہ کہا کرتے تھے کہ تم ان لوگوں کے زمرے میں شامل ہو جو روزے کی طاقت نہیں رکھتے لہٰذا تم پر فدیہ ہے اور روزے کی قضاء نہیں۔

☆ فقہ النساء کے مولف نے امام مالک اور بیہقی کی ایک روایت لکھی ہے کہ حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما سے پوچھا گیا کہ اگر حاملہ کو یہ خوف ہو کہ روزہ رکھنے سے اس کے بچے کو نقصان پہنچے گا تو وہ کیا کرے؟ آپ نے فرمایا روزہ نہ رکھے اور ہر ایک روزے کے بدلے کسی مسکین کو ایک مد گندم دے دے (ایک مد مساوی ہے دو رطل کے جبکہ ایک رطل کا وزن نصف سیر ہے یعنی ایک مد موجودہ نظام اوزان کے مطابق 940 گرام ہوا۔)

☆ حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ''بے شک اللہ تعالیٰ نے مسافر پر سے روزہ اور نماز کا نصف حصہ ساقط کر دیا ہے اور حاملہ اور دودھ پلانے والی عورت پر سے روزے ساقط کر دیئے ہیں۔ (جامع ترمذی)

بعض دیگر روایات کے الفاظ ہیں وعن الحامل و المرضیع یعنی اور حاملہ اور دودھ پلانے والی عورت۔

چنانچہ اس مسئلہ میں علماء کے درمیان کسی قسم کا اختلاف نہیں ہے۔ کہ حاملہ عورت کو اگر

یہ خوف ہو کہ روزہ رکھنے سے بچے کو نقصان پہنچ سکتا ہے تو روزہ نہ رکھنا جائز ہے۔ اسی طرح اگر دودھ پلانے والی عورت کو یہ خوف ہو کر روزہ رکھنے سے بچے کو یا اسے نقصان پہنچے گا تو اسے بھی روزہ نہ رکھنے کی اجازت ہے۔ اور جب اسے روزہ رکھنے کی قدرت ہو تو اس پر روزوں کی قضاء واجب ہے اور فدیہ دینا ضروری نہیں ہے اور نہ روزوں کی قضاء میں یہ ضروری ہے کہ لگاتار روزے رکھے۔

میک اپ کرنا

روزہ کی حالت میں میک اپ کرنا۔ لپ اسٹک لگانا جائز ہے۔ لپ اسٹک لگاتے وقت یہ احتیاط کی جائے کہ منہ کے اندر نہ پہنچے تو کوئی حرج نہیں اس سے روزہ میں کچھ فرق نہیں آئے گا۔

نیل پالش لگانا

نیل پالش لگانا کسی بھی حالت میں جائز نہیں کیونکہ نیل پالش لگا لینے سے ناخنوں پر ایک استر ہو جاتا ہے اور پالش کی تہہ جم جاتی ہے جس سے وضو یا غسل کرتے وقت ناخن کی سطح تک پانی نہیں پہنچ پاتا۔ اس طرح غسل نہیں ہوتا جب وضو اور غسل دونوں ہی نہ ہو پائیں تو دیگر عبادات کیسے ممکن ہیں لہٰذا اگر نیل پالش روزہ کی حالت میں لگانا چاہیں تو لگائی جا سکتی ہے مگر وضو کرتے وقت Nail Polish Remover لگا کر یا پھر Thinner سے نیل پالش کو مکمل طور پر صاف کریں کیونکہ اگر پالش ذرہ برابر بھی ناخن پر جمی رہ گئی تو وضو نہیں ہوگا۔

رحم میں دوا رکھنا

بعض امراض نسواں میں Infection یا Inflamation کی صورت میں اندرونی استعمال کی۔ (Vaginal Creams or Pessdries) ناگریز ہوتی ہے وہ کسی بھی شکل میں ہو یعنی گولی۔ کریم یا شافہ وغیرہ کا اندرونی حصے میں رکھے جانے سے امام ابوحنیفہ رحمتہ اللہ و امام مالک رحمتہ اللہ علیہ کے قریب روزہ فاسد ہو

جاتا ہے یہاں تک کہ اگر میڈیکل چیک اپ کی غرض سے لیڈی ڈاکٹر یا دایہ نے پانی، تیل، اینٹی سیپٹک لوشن یا کریم سے تر انگلی شرمگاہ میں داخل کر دی تو بھی روزہ فاسد ہو جائے گا۔ اس لئے کہ عورتوں کے Reproductive System میں فطری منفذ موجود ہوتا ہے جو بطن تک پہنچتا ہے۔

خاوند والی عورت کا نفلی روزہ

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ''کسی عورت کے لئے جائز نہیں کہ جن دنوں اس کا خاوند اس کے پاس ہو اس کی اجازت کے بغیر روزے رکھے اور کسی عورت کے لئے جائز نہیں کہ خاوند کی اجازت کے بغیر اس کے گھر میں کسی کو آنے کی اجازت دے''۔ ترمذی اور ابن ماجہ کی روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا ''کوئی عورت اپنے شوہر کی موجودگی میں اس کی اجازت کے بغیر روزہ نہ رکھے سوائے رمضان کے''

مندرجہ بالا احادیث کی رو سے اگر خاوند گھر میں موجود ہے ملازمت کے سلسلے میں یا کسی سفر وغیرہ پہ نہیں گیا ہوا تو اس صورت میں نفلی روزہ رکھنے کے لئے خاوند کی اجازت ضروری ہے۔ خاوند کی اجازت کے بغیر نفلی روزہ علماء نے ناجائز قرار دیا ہے۔

اگر خاوند گھر سے باہر ہے تو ایسی صورت میں نفلی روزہ رکھنے کے لیے خاوند کی اجازت ضروری نہیں۔ اگر خاوند کی عدم موجودگی میں نفلی روزہ رکھ لیا اور پھر اس کا خاوند گھر آ جائے تو اسے یہ حق ہے کہ عورت کا نفلی روزہ تڑوا دے۔

علماء نے خاوند کی بیماری اور جماع کی صلاحیت نہ ہونے کو بھی خاوند کی اجازت کے بغیر روزہ رکھنے کے سلسلے میں خاوند کی غیر حاضری کے مانند قرار دیا ہے یعنی ان صورتوں میں بھی عورت خاوند کی اجازت کے بغیر نفلی روزے رکھ سکتی ہے۔ امام ابوحنیفہ رحمتہ اللہ علیہ کے نزدیک عورت کا خاوند کی اجازت کے بغیر نفلی روزہ مکروہ قرار دیا ہے۔

روزہ کی حالت میں معانقہ کرنا

جس طرح روزہ کی حالت میں بوسہ لینے میں کوئی حرج نہیں اسی ہی طرح معانقہ

کرنے (گلے ملنے) اور خوش فعلیاں کرنے میں کوئی حرج نہیں لیکن شرط یہ ہے کہ مرد اس سے آگے نہ جائے یعنی اسے اپنے آپ پر مکمل اعتماد و بھروسہ ہو لہٰذا صحیح یہی ہے کہ اگر یہ احتمال ہو کہ ایسا کرنے سے شہوت میں تحریک پیدا ہوگی تو وہ معانقہ کرنے سے گریز کرے

روزہ کی حالت میں جسم سے جسم ملانا

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ ایک شخص نے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم سے دریافت کیا کہ کیا روزے کی حالت میں جسم سے جسم ملانا جائز ہے تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اجازت مرحمت فرما دی (جبکہ) ایک دوسرے شخص نے آپ سے یہی سوال کیا تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اسے منع فرما دیا- چنانچہ جس شخص کو آپ نے اجازت دی تھی وہ بوڑھا تھا اور جسے منع فرمایا تھا وہ جوان تھا (سنن ابوداود)

روزہ کی حالت میں جماع

بعض حالتوں میں ایسی صورت ہو جاتی ہے کہ روزہ کی حالت میں (دن میں) جماع کرلیا جاتا ہے تو ایسی صورت میں کیا میاں بیوی دونوں پر کفارہ اور قضا واجب ہوگی یا صرف مرد پر؟---ایسی صورت میں کچھ لوگ بہانہ کرتے ہیں کہ یہ عمل بھول کر ہو گیا مگر اسے عقل تسلیم نہیں کرتی کہ روزہ کی حالت میں بھولے سے یہ عمل سرزد ہو اور پھر یہ کیسے ممکن ہے کہ اس عمل کے وقت میاں بیوی دونوں میں سے کسی کو بھی یاد نہ آئے-

☆ احناف کا مسلک یہ ہے کہ اس طرح روزہ توڑنے کی صورت میں کفارہ اور قضاء کے واجب ہونے میں مرد اور عورت دونوں برابر ہیں بشرطیکہ دونوں نے جان بوجھ کر اپنے ارادے اور اختیار سے رمضان کے دن میں اور روزے کی نیت کرنے کے بعد جماع کیا ہو

☆ اگر بیوی کے ساتھ خاوند نے زبردستی جماع کیا یا عورت کسی عذر کی وجہ سے روزہ دار نہ تھی تو صرف مرد پر کفارہ واجب ہوگا عورت پر نہیں-

☆ امام شافعی کے نزدیک عورت پر کفارہ نہیں ہے خواہ اس نے اپنے اختیار سے جماع کیا اور روزہ توڑا یا اسے اس پر مجبور کیا گیا ہو البتہ

اس پر روزے کی قضاء واجب ہے-

☆ اگر کسی نے رمضان کی قضاء کا روزہ یا نذر کا روزہ رکھا تھا اور جماع سے اسے توڑ دیا تو اس پر کفارہ نہیں ہے اس لئے کہ نفلی روزہ رکھنے والا اپنی ذات کا مختار ہے-

☆ ابوداود رحمۃ اللہ علیہ لکھتے ہیں کہ امام احمد بن حنبل رحمۃ اللہ علیہ سے پوچھا گیا کہ اگر کوئی شخص رمضان میں روزے کی حالت میں اپنی بیوی سے جماع کرے تو کیا بیوی پر بھی کفارہ واجب ہے امام احمد بن حنبل نے جواب دیا کہ ہم نے کسی سے نہیں سنا کہ عورت پر کفارہ ہے-

حاصل مضمون

اگر عورت نے روزے کو اپنے ارادے اور مرضی سے توڑا تو اس پر کفارہ واجب ہوگا اور اگر وہ مجبور تھی اور فعل جماع میں اس کے اختیار کو دخل نہیں تھا تو اس پر صرف قضاء ہوگی کفارہ نہیں-

روزہ میں جماع کا کفارہ

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں ایک شخص حاضر ہوا اور عرض کیا یا رسول اللہ میں ہلاک ہو گیا آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے دریافت فرمایا وما اھلکک (تمہیں کس نے ہلاک کر دیا) اس نے کہا میں نے رمضان میں اپنی بیوی سے جماع کر لیا آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کیا تم ایک لونڈی یا غلام آزاد کر سکتے ہو؟ اس نے کہا نہیں آپ نے فرمایا کیا تم دو ماہ کے روزے رکھ سکتے ہو؟ اس نے کہا نہیں آپ نے فرمایا کیا تم ساٹھ مسکینوں کو کھانا کھلا سکتے ہو؟ اس نے کہا نہیں راوی بیان کرتے ہیں کہ پھر وہ شخص بیٹھا رہا حتی کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے پاس کھجوروں کا ایک ٹوکرہ کہیں سے آیا آپ نے وہ ٹوکرا اسے دے کر فرمایا یہ لے جاؤ اور صدقہ کر دو وہ کہنے لگا کیا اپنے سے زیادہ مسکینوں پر؟ واقعہ یہ ہے کہ اس شہر کا کوئی گھرانہ

ہم سے زیادہ محتاج نہیں ہے یہ سن کر نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کو ہنسی آ گئی اور آپ نے فرمایا اچھا یہ لے جاؤ اور اپنے گھر والوں کو کھلا دو۔

مذکورہ بالا حدیث مبارکہ میں کفارہ کی تین صورتیں بتائی گئیں یعنی (1) لونڈی یا غلام آزاد کرنا۔ (2) دو ماہ روزے رکھنا۔ (3) ساٹھ مسکینوں کو کھانا کھلانا۔

غلام آزاد کرنا

مسلمان غلام یا لونڈی آزاد کرنا جس کے لئے یہ شرط ہے کہ ہر قسم کے عیب سے پاک ہو مثلاً اندھا، گونگا، اور مجنون نہ ہو۔ امام ابوحنیفہ رحمتہ اللہ علیہ کا مسلک یہ ہے کہ کافر غلام یا لونڈی بھی کفارے میں آزاد کرنا جائز ہے۔

دو ماہ کے روزے

کفارہ کی دوسری صورت مسلسل دو ماہ کے روزے رکھنا ہے اگر ہجری مہینوں میں مہینہ کی پہلی تاریخ کو روزہ رکھنا شروع کیا تو چاند کے اعتبار سے اس مہینہ کو پورا کرے۔ مہینہ خواہ انتیس دن کا ہو یا تیس دن کا اسی طرح اگلے مہینے بھی روزے رکھے۔

ان دو مہینوں کے روزوں کا مسلسل ہونا ضروری ہے یعنی ایک روزہ بھی چھوٹ جائے تو جتنے روزے بھی رکھ چکا وہ کفارے میں شامل نہ ہوں گے یعنی وہ نئے سرے سے مسلسل بلا انقطاع روزے رکھے۔

ساٹھ مساکین کا کھانا

اگر کوئی شخص دو ماہ مسلسل روزوں کی مشقت نہ اٹھا سکتا ہو یا کسی اور عذر کے باعث روزے رکھنے سے قاصر ہو تو وہ ساٹھ مسکینوں کو ایسا کھانا کھلائے جو معیار میں اپنے اور اپنے اہل خانہ کے کھانے کے لحاظ سے اوسط درجہ کا ہو مذکورہ تینوں صورتوں میں استطاعت کے مطابق کسی ایک صورت کو بطور کفارہ اختیار کرے۔

بیوی سے کیا کچھ حلال ہے

مسروق رحمتہ اللہ علیہ نے حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا سے دریافت کیا روزہ دار کیلئے اپنی بیوی سے کیا کچھ حلال ہے؟ آپ نے جواب دیا جماع کے علاوہ سب کچھ جائز ہے۔

بیوی سے کیا کچھ حرام ہے

حکیم بن عقال نے حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا سے دریافت کیا روزے کی حالت میں اپنی بیوی سے کیا کچھ حرام ہے؟ آپ نے جواب دیا صرف اسکی شرمگاہ۔

(بخاری شریف)

روزے دار کا جنابت کی حالت میں صبح کرنا

کوئی شخص روزہ رکھنے سے قبل یعنی سحری کھانے یا نماز فجر سے قبل جنبی تھا اور اسے غسل کی حاجت تھی تاہم وہ غسل نہ کر سکا حتی کہ صبح ہو گئی ایسے شخص کے بارہ میں جو غسل کا متقاضی تھا اگر وہ صبح تک غسل نہیں کر پایا تو اس کے روزہ میں فرق نہیں آیا۔

امام نووی رحمتہ اللہ علیہ لکھتے ہیں کہ جو شخص جنابت کی حالت میں صبح کرتا ہے اس کے روزے کی صحت کے بارے میں علماء کے مابین جو اختلاف تھا وہ بعد میں دور ہو گیا اور کہا جاتا ہے کہ علماء کا اس پر اجماع ہو گیا ہے کہ ایسے شخص کا روزہ جو جنابت کی حالت میں صبح کرتا ہے صحیح ہے۔

روزہ کی حالت میں بدخوابی

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ تین باتیں ایسی ہیں کہ ان کے باوجود روزہ نہیں ٹوٹتا۔ قے آنا۔ پچھلے لگوانا اور احتلام ہو جانا۔ بعض لوگوں کا قول ہے کہ یہ حدیث ضعیف ہے ابو حاتم اور ابو زرعہ نے اس قول کو ترجیح دی ہے اور امام بیہقی نے دونوں کی تائید کی ہے۔

روزہ کی حالت میں غسل

روزہ کی حالت میں غسل جنابت کرتے وقت غرارے کرنا (حلق تک پانی پہنچانا) جائز نہیں بلکہ صرف تین بار کلی کرنے پر اکتفا کرے۔ کیونکہ وضو یا غسل کرتے وقت (غرارے کرتے ہوئے) اگر پانی حلق میں چلا جائے تو اس سے روزہ فاسد ہو جاتا ہے۔ اس طرح قضاء لازم اور کفارہ نہیں لیکن پھر دن بھر کھانا بھی جائز نہیں۔

روزہ کی حالت میں بیوی سے خوش فعلیاں

روزہ کی حالت میں بیوی کے ساتھ ایک بستر پر لیٹنا اور بوس و کنار کرنا وغیرہ وغیرہ بلا کراہت جائز ہے مگر ایسے شخص کے لئے جسے اپنی ذات پر اس قدر اعتماد ہو کہ اسے انزال نہیں ہوگا یا وہ بے چین ہو کر جماع نہیں کرے گا لہٰذا معمر شخص کیلئے بلا کراہت جائز ہے اور جواں کے لئے مکروہ تحریمی ہے جو اپنے نفس پہ قادر نہیں۔ (تحفہ رمضان بحوالہ درمختار)

روزہ کی حالت میں بوسہ لینا

بحالت روزہ بوسہ لینا جائز ہے مگر وہ شخص جسے خدشہ ہو کہ وہ اپنے آپ پر قابو نہیں پا سکے گا یعنی انزال ہو جانے کا احتمال ہو وہ ایسا عمل کرنے سے گریز کرے۔

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے روزہ کو کلی کرنے سے تشبیہ دی ہے یعنی جس طرح کلی کرنے سے روزہ نہیں ٹوٹتا حتیٰ کہ پانی حلق سے نیچے نہ اتر جائے اسی طرح بوسہ سے بھی روزہ نہیں ٹوٹتا حتیٰ کہ تا آنکہ انزال نہ ہو جائے۔

حضرت عمر بن الخطاب رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ ایک دن میں نے روزہ کی حالت میں اپنی بیوی کا بوسہ لے لیا پھر نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوا اور میں نے عرض کیا میں نے آج بہت بڑی غلطی کا ارتکاب کیا ہے۔ میں روزے سے تھا کہ میں نے اپنی بیوی کا بوسہ لے لیا اس پر نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا تمہارا کیا خیال ہے کہ اگر تم روزے کی حالت میں پانی سے کلی کرلو تو کیا روزہ ٹوٹ جائے گا؟ میں نے عرض کیا اس میں تو کوئی حرج نہیں آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا تو پھر بوسے میں کیا حرج ہے۔ (سنن ابوداود)

خروج مذی

روزہ کی حالت میں بیوی سے خوش فعلیاں یا گفتگو کرنے کے دوران صرف مذی اور رطوبت نکلے تو اس سے روزہ نہیں ٹوٹتا کیونکہ مذی غدہ قدامیہ Prostate Glands کی Secretion ہوتی ہے۔

خروج منی

روزہ کی حالت میں بیوی سے خوش فعلیاں کرتے ہوئے انتشار ہو کر انزال ہو جائے تو روزہ فاسد ہو جائے گا بعد میں ایک روزہ کی قضا واجب ہے کفارہ لازم نہیں۔ البتہ اس دن (سارا دن) کھانا پینا جائز نہیں۔

مردوں کے عضو مخصوص میں دوا داخل کرنا

پیشاب کی نالی میں سوزاک (Gonorroea) وغیرہ کے زخم کی صورت میں یا عضو مخصوص میں تعدیہ (INfection) ہو جانے کی بنا پر پچکاری وغیرہ کے ذریعے زخم تک دوا پہنچائی جاتی ہے اس طریقہ سے زخم تک دوا پہنچانے کے بارہ میں امام ابوحنیفہ اور امام محمد کے قریب روزہ نہیں ٹوٹے گا کیونکہ معدہ اور اس نالی کے درمیاں براہ راست منفذ نہیں ہے بلکہ اس نالی اور مثانہ کا واسطہ ہے جہاں قطرہ قطرہ پیشاب نیچے آ کر جمع ہوتا ہے۔

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا

''ہمارے روزے اور اہل کتاب کے روزے کے درمیان سحری کھانے کا فرق ہے'' (مسلم)

نظام سحر وافطار

سحری

مفہوم سحر

سحر کہتے ہیں شب کے آخری چھٹے حصہ کو، سحری کرنے سے مراد شب کے آخری حصہ میں صبح صادق کے طلوع ہونے تک کا وقت یعنی غروب آفتاب اور صبح صادق کے درمیانی حصہ کو چھ حصوں میں تقسیم کریں مثلاً اگر غروب آفتاب پانچ بجے ہوا ہے اور صبح صادق بھی پانچ بجے ہوتی ہے تو درمیانہ وقت بارہ گھنٹے ہوا۔ اس وقت کو اگر چھ مساوی حصوں میں منقسم کیا جائے تو یہ صبح تین بجے سے پانچ بجے صبح تک کے دو گھنٹے بنتے ہیں۔

ان دو گھنٹوں میں یعنی شب کے آخری چھٹے حصے میں سحری کھانا چاہئے اور ایسے وقت میں سحری (کھانا) ختم کردیں کہ اس وقت یقین ہو جائے کہ ابھی صبح صادق نہیں ہوئی۔

قرآن مجید میں حکم ہوا

''اور کھاؤ پیو اس وقت تک کہ تم کو سفید خط صبح کا متمیز ہو جائے سیاہ خط سے'' سورہ البقرہ

سحری کھانے میں جہاں تک ہو سکے دیر کر کے کھانا بہتر ہے لیکن اتنی دیر نہ کرے کہ صبح ہونے (صبح کا گمان) لگے اور روزہ میں شبہ پڑ جائے۔

سحری باعث برکت ہے

حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ سحری کھایا کرو کیونکہ سحری کھانے میں یقیناً برکت ہے۔

(تحفہ رمضان بحوالہ بخاری، مسلم، مشکوۃ)

سحری نہ چھوڑو

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ سحری سراپا برکت ہے پس اسے نہ چھوڑو خواہ تم میں سے کوئی پانی کا ایک گھونٹ پی لے کیونکہ اللہ تعالیٰ اور اس کے فرشتے سحری کرنے والوں پر سلامتی بھیجتے ہیں۔ (امداد مسائل الصوم بحوالہ بحرالرائق)

تین چیزوں میں برکت ہے

حضرت سلمان فارسی رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا برکت تین چیزوں میں ہے جماعت (اجتماعیت) میں اور ثرید میں اور سحری میں۔
(امداد مسائل الصوم بحوالہ الطبرانی فی الکبیر)

سحری حد فاصل ہے

حضرت عمرو بن العاص رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ہمارے روزے اور اہل کتاب (عیسائی اور یہودی) کے روزے کے درمیان سحری کھانے کا فرق ہے۔ (یعنی حد فاصل ہے) (تجلیات رمضان بحوالہ مسلم)

دراصل اہل کتاب غروب آفتاب کے بعد افطار کرتے تھے تو اس کے بعد تمام رات کچھ نہ کھاتے تھے۔ پھر غروب آفتاب کے بعد دوسرے دن روزہ افطار کرتے تھے۔ امت محمدیہ پر اللہ رب العزت کا خاص کرم ہے اسی لئے آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے سحری کھانے کی تاکید فرمائی۔

سحری میں کھجور کا کھانا

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے **نعم سحور المومن التمر**
''مومن کی سحری میں کھجور خوب ہے''

مسائل سحری

☆ سحری کھانا سنت ہے اگر بھوک نہ ہو یا طبیعت کھانے کی طرف راغب

نہیں تو سنت سمجھتے ہوئے کچھ نہ کچھ کھا لیا جائے کچھ نہ سہی تو تھوڑا سا پانی ہی پی لیں۔

☆ اگر سحری بڑی جلدی کھالی مگر اس کے بعد پان، تمباکو نوشی، چائے پانی وغیرہ بعد میں بھی کھاتے پیتے رہے جب صبح ہونے میں تھوڑی دیر رہ گئی کلی کر لی تب بھی دیر کر کے کھانے کا ثواب مل گیا اور اس کا بھی وہی حکم ہے جو دیر کر کے کھانے کا ہے۔

☆ جب تک صبح نہ ہوا اور فجر کا وقت نہ آئے تب تک سحری کھانا درست ہے۔

☆ اگر اتنی دیر ہو گئی کہ صبح ہو جانے کا شبہ پڑ گیا تو اب کچھ کھانا مکروہ ہے اور اگر معلوم ہو گیا کہ اس وقت صبح ہو گئی تھی تو یہ درست نہیں اور ایسا کرنے والا شخص روزے کی قضا رکھے۔ اور اگر کچھ معلوم نہ ہو شبہ ہی شبہ رہ جائے تو قضا رکھنا واجب نہیں لیکن احتیاط کا تقاضا یہ ہے کہ اس روزہ کی قضا رکھ لی جائے۔

☆ کوئی نیند سے بیدار دیر سے ہوا اور یہ خیال ہوا کہ ابھی رات باقی ہے اس گمان پر سحری کھالی پھر معلوم ہوا کہ صبح صادق ہو جانے کے بعد سحری کھائی تھی تو روزہ نہیں ہوا قضا رکھے۔ ایسی صورت میں کفارہ واجب نہیں اور سارا دن روزہ داروں کی طرح گزارے۔

☆ اگر رات کو سحری کے وقت آنکھ نہ کھلی۔ سب کے سب سو گئے تو بے سحری کھائے صبح کا روزہ رکھے۔ سحری چھوٹ جانے سے روزہ چھوڑ دینا بڑا گناہ ہے۔

افادیت سحری

رمضان المبارک میں پابندی کے ساتھ سحری و افطاری بے شمار فوائد اور فیوض و

برکات کی حامل ہے۔اس سلسلے میں آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشادفرمایا۔

☆ حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشادفرمایا سحری کھایا کرو کیونکہ سحری میں برکت ہے۔ (تجلیات رمضان بحوالہ بخاری)

☆ حضرت ابوقیس نے حضرت عمرو بن العاص سے روایت کیا کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ ہمارے اور اہل کتاب کے روزوں میں سحری کھانے کا فرق ہے۔(تجلیات رمضان بحوالہ مسلم)

☆ حضرت عرباض بن ساریہ رضی اللہ عنہ نے روایت کیا کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے مجھے سحری کھانے کے لئے بلایا اور فرمایا کہ آؤ! سحری کا کھانا کھالو اس میں بڑی برکت ہے۔

فضائل ومسائل افطار

وقت افطار

قران حکیم میں ارشاد ہوا ثم اتموا الصیام الی اللیل (البقرہ) یعنی پھر (صبح صادق سے) رات (آنے) تک روزہ پورا کرلیا کرو مذکورہ آیت مبارکہ میں روزہ کے وقت کی وضاحت کی گئی ہے خصوصاً روزہ کے اختتامی وقت کا بیان ہے اور وہی روزہ افطار کرنے کا وقت ہے۔

چنانچہ ارشاد نبوی صلی اللہ علیہ وسلم ہے

عن عمر بن الخطاب رضی الله عنه قال قال رسول الله صلی الله علیه وسلم اذا اقبل اللیل من ههنا و ادبر النهار من ههنا و غربت الشمس فقد افطر الصائم (متفق علیه)

ترجمہ: حضرت عمر بن الخطاب رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشادفرمایا جب رات ادھر سے (مشرق سے) آجائے اور دن ادھر سے یعنی (مغرب سے) چلا جائے اور آفتاب غروب ہوجائے تو روزہ دار صاحب افطار ہوگیا۔

مندرجہ بالا حدیث مبارکہ میں لفظ افطر استعمال ہوا جس کا مفہوم ہے کہ ''روزہ دار صاحب افطار ہوگیا'' ان لفظوں میں دوطرح کے مفاہیم نکلتے ہیں (ا) روزہ دار کو اس وقت روزہ افطار کرلینا چاہئے مزید دیر کئے بغیر کچھ کھا پی لینا چاہئے۔

(2) شرعی لحاظ سے اس کا روزہ ختم ہوگیا۔اگر وہ غروب ہوتے ہی کچھ نہ کھائے پیئے

تب بھی وہ اس وقت سے ان لوگوں میں شامل ہوگیا جن کا روزہ نہیں یعنی جو لوگ روزہ افطار کر چکے۔ اگر کوئی شخص افطار کی نیت کئے بغیر کچھ کھالے گا یا یہ سمجھ کر کہ آفتاب غروب نہیں ہوا اور روزہ دار قصداً کوئی بھی روزہ توڑنے والا کام کرے گا تو قضا یا کفارہ واجب نہیں ہوگا کیونکہ درحقیقت وہ اس وقت صائم نہیں رہا۔

حضرت ابوالدردا رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم جب روزہ سے ہوتے (تو شام کو غروب آفتاب کے وقت) کسی شخص کو کسی بلند مقام پر کھڑا ہونے کیلئے ارشاد فرماتے پھر جب وہ شخص غروب آفتاب کی اطلاع دیتا تو آپ روزہ افطار فرما لیتے۔ (مجمع الفوائد)

تعجیل افطار

☆ حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ اپنے بندوں میں مجھے وہ بندہ زیادہ محبوب ہے جو روزہ افطار کرنے میں جلدی کرے (یعنی غروب آفتاب کے بعد ذرا بھی تاخیر کیے بغیر افطار کرلے) (ترمذی)

☆ حضرت سہل بن سعد رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا جب تک میری امت کے لوگ افطار میں جلدی کرتے رہیں گے وہ خیر پر رہیں گے۔ (بخاری ومسلم)

☆ ایک اور حدیث مبارکہ حضرت سہل بن سعد رضی اللہ عنہ سے ہی روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا میرے امتی اس وقت تک میرے طریقہ پر رہیں گے جب تک وہ افطار کیلئے ستاروں کے چمکنے کا انتظار نہ کریں (یعنی غروب آفتاب کا یقین ہوتے ہی روزہ افطار کرلیا کریں) (ابن حبان)

☆ حضرت یعلی بن مرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ اللہ تعالیٰ کو تین چیزیں پسند ہیں۔

(غروب ہوتے ہی) فوراً افطار کرنا

اخیر وقت تک سحری موخر کرنا

نماز میں (بحالت قیام) ایک ہاتھ کو دوسرے ہاتھ پر رکھنا (الطبرانی)

تعجیل افطار سے کیا مراد ہے؟

افطار میں جلدی کا مفہوم یہ ہے کہ جب آفتاب غروب ہونے کا کامل یقین ہو جائے تو پھر تاخیر نہ کی جائے اسی ہی طرح سحری میں تاخیر کرنے کا مطلب یہ ہے کہ صبح صادق سے بہت پہلے سحری نہ کرلی جائے بلکہ صبح صادق کا وقت قریب ہو تو اس وقت کھایا پیا جائے یہی رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کا معمول اور دستور مبارک تھا۔ یہاں تھوڑا سا واضح کرنا چاہوں گا کہ اگر موسم ابر آلود ہو اور گھڑی وغیرہ کا بھی انتظام نہ ہو تو ایسی صورت میں احتیاط کا تقاضا یہ ہے کہ قدرے تاخیر سے افطار کریں تا کہ غروب آفتاب کا یقین کامل ہو جائے۔ حضرت مولانا اشرف علی تھانوی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ جب تک سورج ڈوبنے میں شبہ رہے تب تک افطار کرنا جائز نہیں۔

حکمت تعجیل افطار

مندرجہ بالا احادیث مبارکہ کی روشنی میں سحر میں تاخیر اور افطار میں عجلت کے بارے میں جو ارشاد ہوا اس میں راز و حکمت یہ ہے کہ اس میں عام بندگان خدا کیلئے آسانی و سہولت بھی ہے اور اللہ تعالیٰ کی رحمت کا وسیلہ بھی اسلئے امت مسلمہ جب تک اس پر عامل رہیگی وہ اللہ کی نظر کرم کی مستحق رہے گی اس کے حالات اچھے رہیں گے اس کے برعکس افطار میں تاخیر اور سحری میں جلدی کرنے میں چونکہ اللہ تعالیٰ کے تمام بندوں کیلئے مشقت ہے اور یہ ایک طرح کی بدعت اور یہود ونصاریٰ کا طریقہ ہے اس لئے اللہ تعالیٰ کی ناراضگی کا باعث ہے۔ لہٰذا جب امت اس ناپسندیدہ طریقہ کو اپنائے گی تو اللہ تعالیٰ کی خصوصی رحمت سے محرومی ہوگی۔

دعائے افطار

حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہما سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم

جب روزہ افطار کرتے تو یہ ارشاد فرماتے۔

ذهب الظماء و ابتلت العروق و ثبت الاجر انشاء الله تعالى.

یعنی پیاس جاتی رہی اور رگیں تر ہوگئیں اور اللہ تعالیٰ نے چاہا اس کا ثواب ثابت ہوگیا۔ (معارف الحدیث بحوالہ ابوداؤ مشکوۃ)

حضرت معاذ بن زہرہ (تابعی) رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ مجھے یہ بات پہنچی ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم جب روزہ افطار فرماتے تو یہ دعا پڑھتے۔

اللهم لک صمت و علی رزقک افطرت (مشکوۃ۔معارف الحدیث بحوالہ ابوداود)

یعنی اے اللہ میں نے تیرے ہی واسطے روزہ رکھا اور تیرے ہی رزق سے افطار کیا۔

حدیث میں ہے کہ جب تم میں سے کسی کے کھانا قریب کیا جائے اس حال میں کہ وہ روزہ دار ہو تو چاہئے کہ کہے (یعنی افطار سے پہلے یہ دعا پڑھے)

بسم الله و الحمد لله اللهم لک صمت وعلى رزقک افطرت و علیک توکلت سبحانک و بحمدک تقبل منی انک انت السمیع العلیم.

اللہ کے نام سے افطار شروع کرتا ہوں اور تمام تعریفیں اللہ ہی کے واسطے ہیں۔اے اللہ تیرے ہی واسطے میں نے روزہ رکھا اور تیرے ہی رزق پر میں افطار کرتا ہوں اور تجھ ہی سے میں بھروسہ کرتا ہوں اور ساتھ تیری تعریف کے میں شروع کرتا ہوں مجھ سے قبول فرمائیے بے شک آپ سننے والے اور جاننے والے ہیں۔

(امداد مسائل الصوم بحوالہ بہشتی زیور سعیدی)

افطار کیلئے بہتر چیز

☆ حضرت سلمان بن عامر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ جب تم میں سے کسی کا روزہ ہو وہ کھجور سے

(روزہ) افطار کرے اگر کھجور نہ پائے تو پھر پانی ہی سے افطار کرے اس لئے کہ پانی نہایت پاکیزہ چیز ہے۔

(معارف الحدیث بحوالہ سنن ابوداود۔جامع ترمذی۔ابن ماجہ)

☆ حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم (مغرب) کی نماز سے پہلے چند تر کھجوروں سے روزہ افطار فرماتے تھے اگر تر کھجوریں بروقت نہ ہوتیں تو خشک کھجوروں (چھواروں) سے افطار فرماتے تھے اگر موجود خشک کھجوریں بھی نہ ہوتیں تو چند گھونٹ پانی پی لیتے تھے۔

(معارف الحدیث بحوالہ سنن ابوداود۔جامع ترمذی)

☆ حضرت مولانا اشرف علی تھانوی رحمۃ اللہ علیہ وضاحت فرماتے ہیں کہ کھجور اور خرما سے روزہ کھولنا افضل ہے یا اور کوئی میٹھی چیز ہو اس سے کھولے۔وہ بھی نہ ہو تو پانی سے افطار کرے اور اگر ان کے علاوہ کسی دوسری چیز سے افطار کرے تو بھی اس میں کوئی حرج نہیں ہے۔بعض لوگ نمک سے افطار کرتے ہیں اور اس میں ثواب سمجھتے ہیں یہ غلط عقیدہ ہے۔ (بہشتی زیور)

افطار کے وقت دعا قبول ہوتی ہے

حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ بلاشبہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ افطار کے وقت روزہ دار کی دعا کو رد نہیں کیا جاتا۔ (سنن ابن ماجہ)

تاخیر سے افطار کرنا

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا دین (اسلام) غالب رہیگا جب تک لوگ افطار میں جلدی کرتے رہیں گے۔اس لئے کہ یہود و نصاریٰ (افطار کرنے میں) تاخیر کرتے تھے۔

افطار کے وقت فرحت

حدیث شریف میں ہے کہ روزہ دار کیلئے دو مسرتیں ہیں ایک افطار کے وقت اور دوسری اپنے رب رحیم کی بارگاہ میں حضوری اور شرف باری کے وقت علمائے کرام نے اس حدیث مبارکہ کی شرح میں فرمایا ہے کہ روزہ دار کو افطار کے وقت جو فرحت ہوتی ہے اس کی دو وجوہ ہیں یعنی

۱۔ عمل کی تکمیل کی وجہ سے کہ خدا کی توفیق سے روزہ تمام آفات سے منزہ ہو کر پورا ہو گیا۔

۲۔ افطار کے وقت بھوک و پیاس کے ختم ہونے اور کھانے پینے سے خوشی ہوتی ہے۔

دوسرے کی چیز سے افطار کرنا

بعض لوگ کسی دوسرے شخص کی دی ہوئی چیز سے روزہ افطار نہیں کرتے کیونکہ شاید ان کا نظریہ یہ ہوتا ہے کہ روزہ رکھنے کی دن بھر کی مشقت کا اجر و ثواب افطار کرانے والا ہی لے جائیگا تو مجھے کیا ملے گا مگر ایسا نہیں ہے اسے کم فہمی، کم علمی یا پھر بخل کہا جا سکتا ہے۔

حدیث شریف میں ہے کہ ”جس شخص نے روزہ دار کا روزہ افطار کرایا تو یہ عمل اس کے گناہوں کی معافی اور دوزخ سے نجات دلانے کا ذریعہ بن جائیگا اور روزہ دار کے ثواب میں کمی کے لیے بغیر اس کے برابر افطار کرانے والے کو ثواب ملے گا۔ (مشکوۃ شریف)

افطار کرانے کا اجر و ثواب

☆ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص حلال کی کمائی سے رمضان میں روزہ افطار کرائے اس پر رمضان کی راتوں پر فرشتے رحمت بھیجتے ہیں اور شب قدر میں جبریل علیہ السلام اس سے مصافحہ کرتے ہیں اس کی علامت یہ ہے کہ اس کے دل میں رقت پیدا ہوتی ہے اور آنکھوں سے آنسو بہتے ہیں۔ (فضائل رمضان)

☆ حضرت سلمان فارسی رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ ماہ شعبان کی آخری تاریخ کو نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ہم کو ایک خطبہ دیا (اس میں آگے چل کر یہ بھی فرمایا) جس نے رمضان المبارک کے مہینہ میں کسی روزہ دار کو (اللہ تعالیٰ کی رضا اور حصول ثواب کیلئے روزہ) افطار کرایا تو اس کیلئے گناہوں کی مغفرت اور آتش دوزخ سے آزادی کا ذریعہ ہوگا اور اس کو روزہ دار کے برابر ثواب دیا جائیگا بغیر اس کے کہ روزہ دار کے ثواب میں کمی کی جائے۔ آپ سے عرض کیا گیا کہ یا رسول اللہ ہم میں سے ہر ایک کو تو افطار کرانے کا سامان میسر نہیں ہوتا (تو کیا غرباء اس عظیم نعمت سے محروم رہیں گے؟) آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ اللہ تعالیٰ یہ ثواب اس شخص کو بھی دے گا جو دودھ کی تھوڑی لسی یا صرف پانی ہی کے ایک گھونٹ پر کسی روزہ دار کا روزہ افطار کرا دے (اور آپ نے یہ بھی فرمایا) اور جو کوئی کسی روزہ دار کو پورا کھانا کھلا دے اس کو اللہ تعالیٰ میرے حوض (کوثر) سے ایسا سیراب فرمائے گا کہ جس کے بعد اس کو پیاس ہی نہ لگے گی تا آنکہ وہ جنت میں پہنچ جائے گا۔

(معارف الحدیث بحوالہ شعب الایمان للبیہقی)

حلال سے افطار کرانے کی فضیلت

حضرت سلمان فارسی رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا جو شخص کسی روزہ دار کا (روزہ) حلال کھانے پینے سے افطار کرائے تو رمضان المبارک کی ساعات میں فرشتے اس پر رحمت بھیجتے ہیں اور شب قدر میں جبریل امین اس پر رحمت بھیجتے ہیں...... ابن حبان کی روایت میں یہ ہے کہ شب قدر میں جبریل امین افطار کرانے والے سے مصافحہ کرتے ہیں۔ (اس میں یہ اضافہ بھی ہے) کہ جس شخص سے شب قدر میں جبریل امین علیہ السلام مصافحہ کرتے ہیں اس کے دل میں رقت پیدا ہوتی ہے اور (آنکھوں سے) آنسو بہتے ہیں (اس کے بعد حضرت سلمان فارسیؓ نے بارگاہ رسالت میں

عرض کیا اے اللہ کے رسول اس شخص کے بارے میں آپ کا کیا خیال ہے جس کے پاس افطار کرانے کا پورا سامان نہ ہو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا یہ فضیلت حاصل کرنے کیلئے کھانے کا ایک لقمہ بھی کافی ہے حضرت سلمان رضی اللہ عنہ نے پھر عرض کیا کہ اے اللہ کے رسول صلی اللہ علیہ وسلم جس شخص کے پاس روٹی کا ایک ٹکڑا بھی نہ ہو اس کے بارے میں کیا ارشاد ہے آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا (یہ فضیلت حاصل کرنے کیلئے) دودھ کی تھوڑی سی لسی بھی کافی ہے۔ حضرت سلمانؓ نے پھر عرض کیا اے اللہ کے رسول اگر اس شخص کے پاس افطار کرانے کیلئے یہ بھی موجود نہ ہو تو کیا ارشاد ہے۔ رحمۃ اللعالمین نے ارشاد فرمایا کہ (اس کے لیے) پانی کا ایک گھونٹ ہی کافی ہے (یعنی جو شخص پانی کے ایک گھونٹ سے کسی کا روزہ کھلوا دے اس کو بھی خدائے پاک یہ فضیلت عطاء فرما دیں گے ان کی رحمت بہت وسیع ہے محروم نہیں فرمائیں گے"

(ماہنامہ البلاغ 1396ھ بحوالہ الترغیب)

حرام سے افطار کرنے والے کی بخشش نہ ہوگی

حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا بے شک رمضان المبارک کی اس شب میں اللہ تعالیٰ کے بہت سے بندے (دوزخ سے) آزاد کیے ہوئے ہوتے ہیں (یعنی انہیں جہنم سے آزادی دی جاتی ہے) مگر ایک شخص کی بخشش نہیں ہوتی۔ یہ وہ شخص ہے جس نے شراب سے روزہ افطار کیا۔

(الطبرانی۔ مجمع الفوائد)

دس لاکھ آدمیوں کی مغفرت

ایک روایت میں ہے کہ خداء ذوالجلال روزانہ افطار کے وقت ایسے دس لاکھ آدمیوں کی گردنیں جہنم سے آزاد فرماتے ہیں جو جہنم کے مستحق ہو چکے ہوں مگر ایک بدنصیب شخص ایسا بھی ہے جسکی مغفرت نہیں کی جاتی اور وہ اللہ پاک کی رحمت سے محروم رہ جاتا ہے یہ وہ شخص ہے جس نے شراب سے روزہ افطار کیا ہو۔ (ماہنامہ البلاغ رمضان ۱۳۹۶ھ)

نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا۔

"اللہ تعالیٰ نے روزے فرض کیے ہیں اور قیام لیل کو نفل قرار دیا ہے۔" (مشکوٰۃ شریف)

قیام اللیل

تراویح

تراویح کا مفہوم

تراویح کا لفظ ترویح کی جمع ہے جس کے معنی راحت ہے اگر تراویح کو راحت وآرام کے مفہوم میں لیا جائے تو اس سے مراد وہ نماز ہوگی جسے نہایت آرام واطمینان سے ادا کیا جائے۔ لغت عربی میں تراویح کا واحد ترویحہ ہے۔ جس سے مراد وہ وقفہ ہے جو چار رکعت ادا کرنے کے بعد تسبیح اور ذکر کیلئے رکھا گیا ہے گویا بیس رکعت تراویح کی ادائیگی کے مابین چار تراویح ہوتے ہیں۔ اگر بیس رکعت کے بعد بھی وتر نماز کی ادائیگی سے قبل توقف کیا جائے تو کل پانچ ترویح بنتے ہیں۔

تراویح کی شرعی حیثیت

تراویح کا باجماعت ادا کرنا سنت کفایہ ہے۔ نماز تراویح خلفائے راشدین کی سنت بھی ہے جس نے اجماع امت کا درجہ اختیار کرلیا۔

نماز تراویح کا سنت موکدہ ہونا ضعیف حدیث سے ثابت ہے۔

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے نماز تراویح مسجد میں باجماعت اور انفرادی طور پر گھر پہ بھی ادا فرمائی۔

تراویح کی فضیلت

قال رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم جعل اللہ صیامہ فریضة و قیام لیله تطوعا. (مشکوۃ شریف)

اللہ تعالیٰ نے رمضان کے روزے فرض کئے ہیں اور قیام رمضان (تراویح) نفل قرار دیا ہے۔ (فرض عبادات کے علاوہ جملہ عبادات نفل ہیں) حدیث مذکورہ بالا کے مطابق روزے فرض ہوئے اور تراویح نفل ہوئی چونکہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم یہ نفل عبادت (تراویح) انتہائی اہتمام سے ادا فرماتے تھے اس لئے امت کیلئے تراویح سنت ہوئی۔

فرمان نبوی صلی اللہ علیہ وسلم ہے کہ

من قام رمضان ایماناً و احتساباً غفرله' ماتقدم من ذنبه

جس نے قیام کیا (یعنی تراویح پڑھتا رہا) ایمان اور طلب ثواب کی نیت سے تو اس کے پہلے گناہ بخش دیئے جائیں گے۔ (صحیح بخاری)

تراویح میں جماعت

تراویح میں جماعت سنت علی الکفایہ ہے۔

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم آدھی رات کو نکلے اور مسجد میں تشریف لے جاکر نماز پڑھی کچھ صحابہ کرام نے بھی آپ کے پیچھے نماز ادا کی۔ صبح ایک (صحابی) کو دوسرے (صحابی) سے خبر ملی کہ آج رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے نماز (باجماعت) پڑھائی تو دوسری رات بہت لوگ جمع ہوگئے سب نے آپ کی اقتدا میں نماز ادا کی پھر صبح آپس میں اس کا تذکرہ ہوا تو تیسری رات بہت سے آدمی جمع ہوگئے اور سب نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے پیچھے نماز پڑھی۔ جب چوتھی رات ہوئی تو اتنی کثرت سے لوگ آگئے کہ مسجد میں گنجائش نہ رہی لیکن (اس بار) رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے نماز نہ پڑھائی۔ لوگ صبح تک انتظار میں رہے لیکن صبح کے وقت آپ صلی اللہ علیہ وسلم تشریف لائے نماز فجر پڑھائی پھر خطبہ دیا۔

"تمہارا یہاں جمع ہونا مجھ سے پوشیدہ نہیں تھا یعنی رات بھر میں (پس پردہ) تمہاری حاضری دیکھتا رہا ہوں لیکن میں اس ڈر سے نہ نکلا کہ کہیں (یہ قیام رمضان یعنی نماز تراویح) تم پر فرض نہ ہو جائے۔ پھر تم اس کے ادا کرنے سے قاصر رہو۔ لوگو (سنو) تم اس نماز کو اپنے گھروں ہی میں پڑھ لیا کرو"۔ (تجلیات رمضان بحوالہ صحیح بخاری)

حدیث مذکورہ بالا سے باجماعت تراویح ادا کرنا ثابت ہوا اس طرح باجماعت نماز تراویح پڑھنا آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی سنت ہے۔

حکیم مولانا محمد صادق صحیح ابن خزیمہ کے حوالے سے لکھتے ہیں کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے جوان تین راتوں میں نماز پڑھی وتر بھی ساتھ ہی ادا فرمائے تھے۔

وقت تراویح

حضرت ابوذر رضی اللہ عنہ سے ایک روایت ہے کہ ہم نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے ساتھ ماہ رمضان کے روزے رکھے۔ ایک رات حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے ہمارے ساتھ تہائی رات تک قیام فرمایا (یعنی تراویح پڑھائی) پھر ایک رات نصف شب تک قیام کیا۔ پھر ایک رات حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے اپنے اہل کو اپنی عورتوں اور سب لوگوں کو جمع کیا اور ہمارے ساتھ (اتنا لمبا) قیام کیا یہاں تک کہ ہمیں فلاح (سحری کا کھانا) کے فوت ہو جانے کا ڈر ہو گیا۔

قران مجید کا پڑھنا

رمضان شریف میں قران مجید کا ایک مرتبہ ترتیب وار تراویح میں پڑھنا سنت موکدہ ہے اگر کسی عذر سے اس کا اندیشہ ہو کر مقتدی متحمل نہ ہو سکیں گے تو پھر الم ترکیف سے اخیر تک دس صورتیں پڑھ دی جائیں ہر رکعت میں ایک سورت ہو پھر دس رکعت پوری ہونے پر پھر انہیں سورتوں کو دوبارہ پڑھ دے یا اور جو سورتیں چاہے پڑھے۔

(اسوۂ رسول اکرم بحوالہ بہشتی گوہر)

تراویح پورے مہینہ پڑھنا

تراویح کا رمضان المبارک کے پورے مہینے میں پڑھنا سنت ہے۔ اگر چہ قران مجید مہینہ ختم ہونے سے پہلے ہی ختم ہو جائے۔ مثلاً پندرہ روز میں پورا قران مجید پڑھ لیا جائے تو باقی دنوں میں بھی تراویح کا پڑھنا سنت موکدہ ہے۔ (اسوۂ رسول اکرم)

تراویح دو دو رکعت پڑھنا

تراویح دو دو رکعت کر کے پڑھنا چاہیے۔ چار رکعت کے بعد اس قدر توقف کرنا چاہیے جس قدر وقت نماز میں صرف ہوا ہے۔ لیکن مقتدیوں کی رعایت کرتے ہوئے وقت کم بھی کیا جا سکتا ہے۔ (اسوۂ رسول اکرم بحوالہ بہشتی گوہر)

تراویح کا طویل قیام

صحابہ کرام اپنی (نماز) تراویح نہایت اطمینان و سکون سے ادا فرماتے اور اس میں اس قدر لمبا قیام۔ طویل قومہ و جلسہ۔ دراز رکوع و سجود ہوتا تھا کہ وہ اس نماز سے صبح کے قریب فارغ ہوتے تھے کہ ان کے پاس صرف اتنا قلیل وقت ہوتا تھا کہ وہ عجلت سے کھانا کھا سکیں یعنی سحری کر سکیں۔ موطا امام مالک میں حضرت عبداللہ بن ابوبکر رضی اللہ عنہما کی روایت ہے کہ جب (رمضان میں) ہم تراویح سے فارغ ہوتے تھے تو اپنے خدام کو جلدی کھانا لانے کا حکم کرتے کہ کہیں سحری فوت ہی نہ ہو جائے۔

موطا امام مالک میں سائب بن یزید کی روایت ہے کہ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے ابی بن کعب اور تمیم داری کو حکم دیا کہ وہ لوگوں کو رمضان میں تراویح جماعت کے ساتھ پڑھائیں اسی روایت میں صحابہ کرام کی نماز تراویح میں (قیام) کی یہ کیفیت بیان کی گئی ہے کہ قیام اتنا دراز ہوتا تھا کہ لوگوں کو عصاء پر سہارا لینا پڑتا تھا۔ صحابہ کہتے ہیں کہ ہم فجر کے قریب تراویح سے فارغ ہوتے تھے۔

تراویح کی رکعتیں

عن ابن عباس رضی الله عنه انه' قال ان النبی صلی الله علیه وسلم یصلی فی رمضان عشرین رکعة والوتر.

حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہما فرماتے ہیں کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم رمضان میں بیس رکعتیں اور وتر پڑھا کرتے تھے۔ (اسوۂ رسول اکرم بحوالہ مجمع الزوائد بحوالہ طبرانی)

صحابہ کرام اور تابعین کا مسلسل تعامل اس پر رہا ہے۔ حضرت سائب بن یزید اور یزید

بن رومان رضی اللہ تعالیٰ عنہما سے روایت ہے کہ حضرت عمر رضی اللہ عنہ کے زمانے میں صحابہ کرام بیس رکعت تراویح پڑھا کرتے تھے۔ (اسوہ رسول اکرم بحوالہ موطا امام مالک وبیہقی)

تراویح کے درمیان ذکر تسبیح تراویح

ہر چار رکعت تراویح کے بعد ہر ترویحہ میں جو معروف ذکر کیا جاتا ہے جسے تسبیح تراویح یا دعائے تراویح کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے ڈاکٹر عبدالحیٔ عارف باللہ لکھتے ہیں کہ یہ ذکر کسی روایت حدیث میں نہیں ملتا البتہ علامہ شافعی رحمۃ اللہ علیہ نے قہستانی اور منہج العباد کے حوالہ سے نقل کیا ہے کہ ہر ترویحہ کے بعد یہ ذکر کیا جائے۔

سبحان ذی الملک و الملکوت سبحان ذی العزة والعظمة و الهیبة و القدرة و الکبریآء والجبروت. سبحان الملک الحی الذی لاینام ولایموت. سبوح قدوس ربّنا و رب الملئیکة والروح. اللهم اجرنا من النار یا مجیر یا مجیر یا مجیر.

رمضان کی راتوں میں قیام

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ اللہ تعالیٰ نے رمضان کے روزوں کو فرض فرمایا اور میں نے رمضان کی شب بیداری کو تراویح میں تلاوت قرآن پڑھنے سننے کیلئے تمہارے واسطے (اللہ تعالیٰ کے حکم سے) سنت بنایا جو شخص ایمان سے ثواب کے اعتقاد سے رمضان کا روزہ رکھے اور رمضان کی شب بیداری کرے تو وہ اپنے گناہوں سے اس دن کی طرح نکل جائے گا جس دن اس کو اس کی ماں نے جنا تھا۔

(اسوہ رسول اکرم بحوالہ نسائی۔ حیواۃ المسلمین)

خواتین کی باجماعت تراویح

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا کے بارے میں روایت ہے کہ وہ اپنے غلام حضرت ذکوان رضی اللہ عنہ کی اقتدا میں نماز تراویح ادا فرمایا کرتی تھیں مذکورہ بالا روایت کے حوالہ سے اگر خواتین باجماعت تراویح ادا کرنا چاہیں تو کسی قاری (قاریہ) مقرر کرکے

نماز ادا کر سکتی ہیں۔

احکام ومسائل تراویح

☆ رمضان المبارک کے مہینہ میں عشاء کے فرض اور سنتوں کے بعد دو دو رکعت کی نیت باندھ کر وتر سے قبل بیس رکعت تراویح پڑھنا سنت موکدہ ہے۔

☆ اگر کوئی شخص مسجد میں اس وقت پہنچا کہ نماز عشاء کی جماعت ہو چکی تھی تو وہ پہلے عشاء پڑھے اور پھر تراویح میں شریک ہو اور وتر بھی جماعت کے ساتھ پڑھے۔ وتر پڑھنے کے بعد جتنی رکعت تراویح کی رہ جائیں پوری کرے۔ (یعنی بیس رکعت تراویح پڑھے)

☆ سارا مہینہ تراویح پڑھنا سنت موکدہ ہے اگرچہ قرآن شریف پہلے ہی ختم کرایا جائے۔

☆ اگر لوگوں کو شوق نہ ہو تو تراویح میں ایک سے زائد قرآن پاک نہ پڑھا جائے۔

☆ تراویح کی نماز میں تسمیہ ایک مرتبہ بلند آواز سے کسی سورت کے شروع میں پڑھنا چاہئے کیونکہ یہ بھی کلام پاک کی پوری آیت ہے ورنہ قرآن شریف ختم نہ ہوگا۔

☆ حفاظ کو تراویح میں قرآن سنانے کی اجرت لینا درست نہیں کیونکہ قرآن پڑھنا عبادت ہے اور عبادت پر اجرت لینا حرام ہے۔

☆ تراویح میں جو کلام اللہ پڑھے یا سنے (یعنی قاری اور سامع دونوں کو) اسکی اجرت دینا حرام ہے۔

☆ ایک مسجد میں دو جگہ تراویح پڑھنا، بشرطیکہ از راہ نفسانیت نہ ہو اور ایک کا دوسرے سے جرح نہ ہو تو جائز ہے مگر افضل یہی ہے کہ ایک ہی امام کے ساتھ سب پڑھیں۔

☆ ختم قرآن کے دن بعض حفاظ سورہ اخلاص تین مرتبہ پڑھتے ہیں یہ

مکروہ ہے۔

☆ ایک رات میں پورا قران پاک پڑھنا جائز ہے بشرطیکہ لوگ نہایت شوق رکھتے ہوں اور اگر ان کو گراں نہ گزرے۔ اگر گراں گزرے اور ناگوار ہو تو مکروہ ہے۔

☆ رمضان المبارک میں وتر کا تراویح کے بعد جماعت سے پڑھنا تہجد کے ساتھ پڑھنے سے افضل ہے

آداب تلاوت قرآن

کسی بھی اچھے کام کرنے کے لئے اس کا طریقہ اور آداب جاننا ضروری ہوتا ہے اس لئے کہ وہ عمل جسے وہ کرنے جارہا ہے اس کے آداب سے شناسائی کی بنا پر اسے قرینے اور محبت کے ساتھ بطریق احسن کر سکے گا۔

کسی بھی عمل کے بارہ میں اس کا سلیقہ اور آداب جان لینا یعنی آداب سیکھنا ہی پہلا ادب ہے۔ مشائخ کرام نے تلاوت قران پاک کرنے کے بارے میں بارہ (12) آداب بتلائے ہیں جن میں چھ ظاہری ہیں اور چھ باطنی جنھیں جاننا اور ان پر عمل پیرا ہونا از بس ضروری ہے اور تفسیر کرنے کیلئے پندرہ علوم کی مہارت ضروری قرار دی ہے۔

ظاہری آداب

☆ نہایت احترام سے باوضو ہو کر رو بہ قبلہ بیٹھے۔

☆ پڑھنے میں عجلت نہ کی جائے ترتیل و تجوید سے پڑھے۔

☆ آیات رحمت و آیات عذاب کا حق ادا کرے۔

☆ تلاوت کرتے وقت آیات کا مفہوم ذہن میں رکھتے ہوئے رونے کی سعی کرے۔

☆ اگر ریا کا احتمال ہو یا کسی دوسرے مسلمان کی تکلیف و حرج کا احتمال ہو تو آہستہ پڑھے ورنہ با آواز بلند تلاوت کرے۔

☆ خوش الحانی، خوبصورتی اور الفاظ کی واضح ادائیگی کے ساتھ تلاوت کی

جائے۔ خوش الحانی کے ساتھ تلاوت قرآن کرنے کی کئی احادیث میں تاکید آئی ہے۔

ام المومنین حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا روایت فرماتی ہیں کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ قران کا ماہر ان ملائیکہ کے ساتھ ہے جو میر منشی اور نیک کار ہیں اور جو شخص قران شریف کو اٹکتا ہوا پڑھتا ہے اور اس میں دقت اٹھاتا ہے اس کو دوہرا اجر ہے۔

(فضائل قران بحوالہ بخاری۔ مسلم۔ ابوداور۔ ترمذی۔ نسائی۔ ابن ماجہ)

ماہر قرآن اس شخص کو کہا جاتا ہے جسے قرآن مجید اچھی طرح یاد ہو اور وہ اسے خوبصورتی اور خوب روانی سے پڑھتا ہو یعنی تلاوت کرتے وقت ہر لفظ کی الگ الگ سمجھ آئے اور خوش الحانی کی بنا پر سامع کا جی چاہتا رہے کہ بس سنتا ہی رہوں۔ اور صحت لفظی اس قدر ہو کہ سننے والے کے ذہن پر نقش ہو جائے اور پھر سننے اور سنانے والے کا دماغ مترجم ہو اور دل اس کی گواہی دے۔

باطنی آداب تلاوت

ظاہری آداب کی طرح باطنی آداب تلاوت بھی حسب ذیل چھ ہیں۔

☆ عظمت قران دل میں ہو کہ یہ عالی مرتبت کلام اللہ کا سچا کلام ہے۔

☆ حق سبحانہ و تقدس کی علوشان اور رفعت و کبریائی کو دل میں رکھے جس نے نازل فرمایا

☆ دل کو وساوس، شبہات اور خطرات و خدشات سے پاک رکھے۔

☆ معانی کا تدبر کرے اور لذت کے ساتھ پڑھے۔

☆ جن آیات کی تلاوت کر رہا ہے دل کو ان کے تابع بنا دے مثلاً اگر آیت رحمت زبان پر ہے تو دل سرور محض بن جائے اور اگر آیت عذاب آ گئی ہے تو دل لرز جائے۔

☆ کانوں کو اس درجہ متوجہ بنا دے کہ گویا خود حق سبحانہ و تقدس کلام فرما اور سن رہا ہے۔

قران حکیم کا سیکھنا اور سکھانا

☆ حضرت عثمان رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ تم میں سب سے بہتر وہ شخص ہے جو قرآن سیکھے اور سکھائے۔ (فضائل قرآن بحوالہ ترمذی۔ مسلم۔ نسائی۔ ابن ماجہ)

مندرجہ بالا حدیث کی رو سے قرآن سیکھنے سے مراد اسے پڑھنا۔ یاد کرنا اور معانی و مفاہیم جاننا ہے۔ حافظ قران کا مرتبہ و درجہ تو بہت بلند ہے۔

☆ حضرت ابوذر غفاری رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ اے ابوذر! اگر تو صبح کو جا کر ایک آیت کلام اللہ کی سیکھ لے تو نوافل کی ۱۰۰ رکعت سے افضل ہے اور اگر ایک باب علم کا سیکھ لے خواہ اس وقت وہ معمول بہ ہو یا نہ ہو ہزار رکعت نوافل پڑھنے سے بہتر ہے۔

☆ حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ جو شخص دس آیات کی تلاوت کسی رات میں کرے وہ اس رات غافلین سے شمار نہیں ہوگا۔

شیخ الحدیث مولانا محمد ذکریا کاندھلوی رحمۃ اللہ علیہ لکھتے ہیں کہ اتنے قرآن شریف کا حفظ کرنا جس سے نماز ادا ہو جائے ہر شخص پر فرض ہے اور تمام کلام پاک کا حفظ کرنا فرض کفایہ ہے اگر کوئی بھی العیاذ باللہ حافظ نہ رہے تو تمام مسلمان گنہگار ہیں بلکہ زرکشی سے ملا علی قادری نے نقل کیا ہے کہ جس شہر یا گاؤں میں قرآن پڑھنے والا نہ ہو تو سب گنہگار ہیں۔ (فضائل رمضان)

فضائل قرآن

اجر کثیر

حضرت ابوسعید رضی اللہ عنہ سے حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد منقول ہے کہ حق سبحانہ وتقدس کا یہ فرمان ہے کہ جس شخص کو قرآن کریم کی مشغولی کی وجہ سے ذکر کرنے اور دعائیں مانگنے کی فرصت نہیں ملتی میں اس کو سب دعائیں مانگنے والوں سے زیادہ عطاء کرتا ہوں اور اللہ تعالیٰ کے کلام کو سب کلاموں پر ایسی ہی فضیلت ہے جیسی کہ حق تعالیٰ شانہ کو تمام مخلوق پر۔

مقام صاحب قرآن

حضرت عبداللہ بن عمر نے حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد نقل کیا ہے کہ قیامت کے دن صاحب قرآن سے کہا جائے گا کہ قرآن پڑھتا جا اور ٹھہر ٹھہر کر پڑھ جیسا کہ تو دنیا میں ٹھہر ٹھہر کر پڑھتا تھا بس تیرا مرتبہ وہی ہے جہاں آخری آیت پر پہنچے۔

صاحب قرآن کے باپ کا مرتبہ

حضرت انس رضی اللہ عنہ نے حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم کا یہ ارشاد نقل کیا ہے کہ جو شخص اپنے بیٹے کو ناظرہ قرآن شریف سکھائے اس کے سب اگلے اور پچھلے گناہ معاف ہو جاتے ہیں اور جو شخص حفظ کرائے اس کو قیامت میں چودھویں رات کے چاند کے مشابہ اٹھایا جائے گا اور اس کے بیٹے سے کہا جائے گا کہ پڑھنا شروع کر جب بیٹا ایک آیت پڑھے گا باپ کا ایک درجہ بلند کیا جائے گا حتیٰ کہ اس طرح تمام قرآن شریف مکمل پڑھ لیا

جائے گا۔

صاحب قرآن کے والدین کی تاج پوشی

حضرت معاذ جہنی سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جو شخص قرآن پڑھے اور اس پر عمل کرے اس کے والدین کو قیامت کے دن ایک تاج پہنایا جائے گا جس کی روشنی آفتاب کی روشنی سے بھی زیادہ ہوگی۔ اگر وہ آفتاب تمہارے گھروں میں ہو پس کیا گمان ہے تمہارا اس شخص کے متعلق جو خود عامل ہو۔

صاحب قرآن کی بدولت

حضرت علی کرم اللہ وجہہ سے روایت ہے کہ حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے کہ جس شخص نے قرآن پڑھا پھر اس کو حفظ یاد کیا اور اس کے حلال کو حلال جانا اور حرام کو حرام حق تعالیٰ شانہ اس کو جنت میں داخل فرمائیں گے۔ اس کے گھرانے میں سے ایسے دس آدمیوں کے بارے میں اسکی شفاعت قبول فرمائیں گے جن کے لئے جہنم واجب ہو چکی ہو۔

نماز میں تلاوت قرآن

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا نے حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم کا یہ ارشاد نقل کیا ہے کہ نماز میں قرآن شریف کی تلاوت بغیر نماز کی تلاوت سے افضل ہے اور روزہ بچاؤ ہے آگ کا۔

قرآن کریم پڑھنے کے درجات

حضرت اوس ثقفی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ کلام اللہ کا حفظ پڑھنا ہزار درجہ ثواب رکھتا ہے اور قرآن پاک میں دیکھ کر پڑھنا دو ہزار تک بڑھ جاتا ہے۔

زنگ قلوب کا مداوا

حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما نے حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم سے نقل کیا ہے کہ دلوں کو بھی زنگ لگ جاتا ہے جیسا کہ لوہے کو پانی لگنے سے زنگ لگ جاتا ہے پوچھا گیا کہ حضور! ان کی صفائی کی کیا صورت ہے آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ موت کو اکثر یاد کرنا اور قرآن پاک کی تلاوت کرنا۔

تلاوت قرآن کا اہتمام

حضرت ابوذر غفاری رضی اللہ عنہ روایت فرماتے ہیں کہ میں نے حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم سے درخواست کی کہ مجھے کچھ وصیت فرمائیں حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا تقویٰ کا اہتمام کہ تمام امور کی جڑ ہے۔ میں نے عرض کیا کہ اس کے ساتھ کچھ اور بھی ارشاد فرمائیں تو حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ تلاوت قرآن کا اہتمام کرو کہ دنیا میں یہ نور ہے اور آخرت میں ذخیرہ۔

قرآن و روزہ کی شفاعت

حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ روزہ اور قرآن دونوں بندہ کے لئے شفاعت کرتے ہیں روزہ عرض کرتا ہے کہ یا اللہ میں نے اس کو دن میں کھانے پینے سے روکے رکھا میری شفاعت قبول کیجئے اور قرآن کہتا ہے کہ یا اللہ میں نے رات کو اس کو سونے سے روکا میری شفاعت قبول کیجئے پس دونوں کی شفاعت قبول کی جاتی ہے۔

قرآن کا بدلہ نہ طلب کرو

حضرت عبیدہ ملیکی رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا قرآن والو قرآن سے تکیہ نہ لگاؤ اور اس کی تلاوت شب و روز ایسی کرو جیسا کہ اس کا حق ہے۔ کلام پاک کی اشاعت کرو اور اس کو اچھی آواز سے پڑھو اور اس کے معانی

میں تدبر کرو تا کہ تم فلاح کو پہنچو اور اس کا بدلہ (دنیا میں) طلب نہ کرو کہ (آخرت میں) اس کے لئے بڑا اجر اور بدلہ ہے۔

قرآن جنت کی طرف کھینچتا ہے

حضرت جابر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ قرآن پاک ایسا شفیع ہے جس کی شفاعت قبول کی گئی اور ایسا جھگڑالو ہے کہ جس کا جھگڑا تسلیم کرلیا گیا جو شخص اس کو اپنے آگے رکھے اس کو جنت کی طرف کھینچتا ہے اور جو اسے پس پشت ڈال دے اس کو جہنم میں گرا دیتا ہے۔

قرآن سے بڑھ کر سفارش نہیں

حضرت سعید بن سلیم رضی اللہ عنہ نے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد نقل کیا ہے قیامت کے دن اللہ کے نزدیک کلام پاک سے بڑھ کر کوئی شفارش کرنے والا نہ ہوگا نہ کوئی نبی اور نہ کوئی فرشتہ

قرآن پاک کا معاوضہ لینے والا

حضرت بریدہؓ نے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا یہ ارشاد نقل کیا ہے کہ جو شخص قرآن پڑھے تا کہ اس کی وجہ سے کھائے لوگوں سے، قیامت کے دن وہ ایسی حالت میں آئے گا کہ اس کا چہرہ محض ہڈی ہوگا جس پر گوشت نہ ہوگا۔

نجات فتن

حضرت ابن عباس کہتے ہیں کہ حضرت جبرائیل علیہ السلام نے حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم کو اطلاع دی کہ بہت سے فتنے ظاہر ہوں گے حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے دریافت فرمایا کہ ان سے خلاصی کی کیا صورت ہے انہوں نے کہا کہ قرآن شریف۔

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم اور جبرائیل علیہ السلام کا معمول دورہ قرآن

صحیحین کی شفق علیہ احادیث مبارکہ سے پتہ چلتا ہے کہ حضرت جبریل امین رمضان

المبارک کی ہر شب نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کے حجرہ مبارک میں تشریف لاتے اور تلاوت قرآن مجید فرماتے اور پھر نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم تلاوت فرماتے اور حضرت جبرائیل علیہ السلام سماعت فرماتے یہ معمول ہر رمضان میں جاری رہا یہاں تک کہ وصال مبارک سے پہلے (آخری) رمضان آیا تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے سابقہ معمول کے برعکس دو مرتبہ حضرت جبرائیل علیہ السلام کی معیت میں قرآن مجید کا دورہ فرمایا۔

قرآن مجید بکثرت پڑھیں

قرآن حکیم کو رمضان المبارک سے خاص نسبت ہے اللہ تعالیٰ نے نزول قرآن کیلئے اس مہینے کو منتخب فرمایا۔ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم حضرت جبرائیل علیہ السلام کے ساتھ دور قرآن اسی ہی مہینے میں فرمایا کرتے تھے۔ لہٰذا جس قدر ہو سکے زیادہ سے زیادہ تلاوت قرآن مجید کی جائے۔

امام اعظم امام ابوحنیفہ رحمتہ اللہ علیہ رمضان المبارک میں روزانہ دو قرآن کریم ختم فرمایا کرتے تھے اسی طرح ہر رمضان میں (صرف ایک مہینے میں) ساٹھ قرآن ختم فرماتے تھے۔

مولانا جسٹس محمد تقی عثمانی مدظلہ لکھتے ہیں کہ ہمارے قریب کے زمانے میں علامہ ابن عابدین شامی گزرے ہیں ان کے حالات میں لکھا ہے کہ انہیں روزانہ ایک قرآن کریم ختم کرنے کی عادت تھی لیکن یہ ضروری نہیں ہے کہ روزانہ ایک قرآن کریم پڑھا جائے تاہم اپنی استطاعت اور وسعت کے مطابق زیادہ سے زیادہ تلاوت کریں۔

قرآن مجید پڑھنے والے کا رتبہ

حضرت عامر بن واثلہ کہتے ہیں کہ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے نافع بن عبدالحارث کو مکہ مکرمہ کا حاکم مقرر فرمایا ہوا تھا ان سے دریافت کیا گیا کہ جنگلات کا ناظم کس کو مقرر کر رکھا ہے انہوں نے عرض کیا کہ ابن ابزی کو۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے پوچھا کہ ابن ابزی کون شخص ہے؟ انہوں نے عرض کیا کہ ہمارا ایک غلام ہے حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے اعتراض فرمایا کہ غلام کو کیوں؟ (امیر بنا دیا)

انہوں نے جواباً کہا کہ کتاب اللہ کا پڑھنے والا ہے اسی لمحے حضرت عمر رضی اللہ عنہ کو یہ حدیث مبارکہ یاد آئی۔

''نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا فرمان ہے کہ اللہ تعالیٰ اس کتاب یعنی قرآن پاک کی وجہ سے کتنے ہی لوگوں کا مرتبہ بلند کرتا ہے اور کتنے ہی لوگوں کو پست اور ذلیل فرماتا ہے۔

(فضائل قرآن بحوالہ مسلم)

صاحب قرآن غصہ نہ کرے

حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد پاک ہے کہ جس شخص نے کلام اللہ پڑھا اور اس نے علوم نبوت کو اپنی پسلیوں کے درمیاں لے لیا گو اس کی طرف وحی نہیں بھیجی جاتی۔ حامل قرآن کیلئے مناسب نہیں کہ غصہ والوں کے ساتھ غصہ کرے یا جاہلوں کے ساتھ جہالت کرے حالانکہ اس کے پیٹ میں اللہ کا کلام ہے۔

نزول طمانیت ورحمت

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ نے حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم کا یہ ارشاد نقل کیا ہے کہ کوئی قوم اللہ کے گھروں میں سے کسی گھر میں مجتمع ہو کر تلاوت کلام اور اس کا دور نہیں کرتی مگر اس پر سکینہ نازل ہوتی ہے اور رحمت ان کو ڈھانپ لیتی ہے ملائکہ رحمت ان کو گھیر لیتے ہیں اور حق تعالیٰ شانہ ان کا ذکر ملائکہ کی مجلس میں فرماتے ہیں۔

صدقہ کرنے کا ثواب

عقبہ بن عامر نے حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم سے نقل کیا ہے کہ کلام اللہ کا آواز سے پڑھنے والا اعلانیہ صدقہ کرنے والے کے مشابہ ہے اور آہستہ پڑھنے والا خفیہ صدقہ کرنے والے کی مانند ہے۔

ہزار رکعت پڑھنے سے زیادہ ثواب

حضرت ابوذر غفاری رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ اے ابوذر اگر تو صبح کو جا کر ایک آیت کلام اللہ کی سیکھ لے تو نوافل کی سو رکعتوں سے افضل ہے اور اگر ایک باب علم کا سیکھ لے خواہ اس وقت وہ معمول بہ ہو یا نہ ہو تو ہزار رکعت نفل پڑھنے سے بہتر ہے۔

ہر بیماری کی شفاء

حضرت عبدالملیک بن عمیر رضی اللہ عنہ حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد نقل کرتے ہیں کہ سورہ فاتحہ میں ہر بیماری سے شفاء ہے۔

تمام دن کی حوائج

حضرت عطاء بن ابی رباح کہتے ہیں کہ مجھے حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا یہ ارشاد پہنچا ہے کہ جو شخص سورہ یٰسین کو شروع دن میں پڑھے اس کی تمام دن کی حوائج ہو جائیں گی۔

کبھی فاقہ نہیں ہوگا

حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا یہ ارشاد نقل کیا ہے جو شخص ہر رات کو سورہ واقعہ پڑھے اس کو کبھی فاقہ نہیں ہوگا اور ابن مسعود رضی اللہ عنہ اپنی بیٹیوں کو حکم فرمایا کرتے تھے کہ ہر شب میں اس صورت کو پڑھیں۔

مغفرت کروانے والی سورۃ

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ نے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد نقل کیا ہے کہ قرآن میں ایک سورۃ تیس آیات کی ایسی ہے کہ وہ اپنے پڑھنے والے کی شفاعت کرتی رہتی ہے یہاں تک کہ اس کی مغفرت کرا دے وہ سورہ تبارک الذی ہے۔

(جملہ احادیث منقول از فضائل قرآن مولفہ شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد ذکریا کاندھلوی رحمتہ علیہ)

وَمَا خلقت الجن و الانس الا لیعبدون

جنات وانسان دونوں کواس لیے پیدا کیا ہے کہ وہ میری عبادت کریں۔ (الذریت)

ہم رمضان کیسے گزاریں

ہم رمضان کیسے گزاریں

معمولات رمضان

جب رمضان المبارک کا بابرکت مہینہ سایہ فگن ہوتا ہے تو ہر شخص کی یہ جستجو ہوتی ہے کہ وہ یہ جان لے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے اس ماہ مبارک میں کیا معمولات مبارکہ تھے۔ انہیں جاننا اس لئے بھی ضروری ہے کہ اس سے ایک طرف ہمیں اپنی چشم تصور سے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے شب و روز کی پاکیزہ صحبتوں۔ آپ کے سحر وافطار اور قیام اللیل کی کیفیات کا نظارہ کر کے روحانی لذت وانبساط اور باطنی کیف وسرور حاصل کرنے کا موقع ملتا ہے تو دوسری طرف ہم آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے اسوہ حسنہ کی روشنی میں اپنے احوال و معاملات کو روبہ اصلاح کر سکتے ہیں ذیل میں معمولات نبوی صلی اللہ علیہ وسلم کا اجمالی جائزہ جو علمائے کرام نے احادیث مبارکہ کی روشنی میں مرتب کیا انہیں یوں بیان کیا جاسکتا ہے۔

معمولات نبوی صلی اللہ علیہ وسلم (اجمالی جائزہ)

صیام رمضان

اس سے مراد ماہ رمضانؐ کے دوران اپنے اوپر روزوں کی پابندی کو لازم ٹھہرانا۔

قیام رمضان

رمضان المبارک کی راتوں میں نماز تراویح، تسبیح وتہلیل اور کثرت ذکر۔

تلاوت قرآن

دوران رمضان المبارک مکمل قرآن مجید کی تلاوت کا معمول

شب بیداری

رمضان المبارک کی راتوں میں عبادت، تسبیح وتہلیل اور تلاوت کے لئے کثرت سے جاگنا۔

کثرت عبادت

رمضان المبارک میں عام دنوں کی نسبت کثرت سے ذکر وفکر، مراقبہ اور یاد الٰہی میں محویت واستغراق۔

نماز تہجد

سال کے بقیہ مہینوں کی نسبت رمضان المبارک میں نماز تہجد کی ادائیگی میں زیادہ انہماک اور ذوق وشوق

اعتکاف

رمضان المبارک کے آخری عشرہ کے ایام بہ نیت اعتکاف مسجد میں بیٹھنا۔

کثرت صدقات وخیرات

رمضان المبارک میں صدقہ وخیرات کے مال کی مستحقین میں کثرت سے تقسیم۔

عبادات

قرآن حکیم میں ارشاد ہوا

وما خلقت الجن و الانس الالیعبدون۔

جنات اور انسان دونوں کو اس لئے پیدا کیا ہے کہ وہ میری عبادت کریں۔

(سورۃ الذریت)

مولانا جسٹس محمد تقی عثمانی مدظلہ لکھتے ہیں کہ عبادت کی دو اقسام ہیں۔

ایک وہ کہ جنھیں انجام دینا ضروری ہے جسے فرائض اور واجبات اور کسی درجے میں اس کے اندر سنن موکدہ بھی داخل ہیں اور دوسری قسم نفلی عبادات کی ہے یعنی اگر کوئی ان عبادات کو انجام دے تو ثواب پائے اور اگر نہ کرے تو کوئی گناہ نہیں۔

نفل عبادات

نفلی عبادات انسان کو برگزیدہ بناتی ہیں اس حوالے سے نوافل بھی انسان کو اپنے معمولات میں کسی حد تک شامل کرنا چاہئیں اور تجربہ ہے کہ نوافل کو اپنے معمولات میں داخل کئے بغیر انسان کو نفس اور شیطان سے مقابلہ کرنے کی پوری طرح قوت حاصل نہیں ہوتی۔ ایک حدیث مبارکہ میں آیا ہے کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا ''اللہ کی اتنی عبادت کرو کہ لوگ تمہیں مجنون اور دیوانہ کہنے لگیں۔

حضرت حسن بصری رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد نقل کرتے ہیں کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا اللہ تعالیٰ ان لوگوں پر اپنی رحمت نازل فرمائے جنھیں دیکھ کر لوگ یہ سمجھتے ہیں کہ یہ بیمار ہیں حالانکہ حقیقت میں وہ بیمار نہیں ہوتے۔ حضرت حسن بصری اسکی تشریح فرماتے ہیں کہ عبادت کی کثرت نے ان کے جسم پر ایسا اثر ڈالا۔ (نفلی عبادات کی اہمیت)

قیام رمضان

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم رمضان المبارک کی مبارک راتوں میں تواتر وکثرت کے ساتھ کھڑے رہنے اور نماز، تسبیح وتہلیل اور ذکر الٰہی میں محویت سے عبادت ہے۔

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے رمضان میں قیام کی فضیلت واضح کرتے ہوئے فرمایا

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ رمضان میں رات کو جو ایمان ویقین کے ساتھ قیام کرتا ہے تو اس کے پچھلے گناہ بخش دیئے جاتے ہیں۔ (صحیح بخاری)

قیام رمضان (نماز تراویح) کے حوالہ سے ایک اور حدیث مبارکہ ہے کہ ''جس نے ایمان واحتساب کی نیت سے رمضان کے روزے رکھے اور راتوں کو قیام کیا وہ گناہوں

سے اس دن کی طرح پاک ہو جاتا ہے جس دن وہ ماں کے بطن سے پیدا ہوتے وقت بے گناہ تھا۔ (فلسفہ صوم بحوالہ سنن نسائی)

احادیث متذکرہ سے یہ مفہوم سامنے آیا کہ رمضان کی راتوں میں قیام کو بہت اہمیت حاصل ہے۔ اس ماہ مبارک میں جس قدر زیادہ سے زیادہ قیام شب ہو سکے۔

اللہ رب العزت کی منشاء بھی یہی ہے کہ بندہ رمضان المبارک میں راتوں کی زیادہ سے زیادہ ساعتیں اس کے حضور عبادت، ذکر و فکر میں گزارے اور اسکی رضا کا سامان مہیا کرے۔

قیام رمضان کا تقاضا عبادات میں انہماک و استغراق ہے رمضان المبارک کی رات کی ہر ساعت اس قدر فضیلت اور قدر و منزلت کی حامل ہے کہ اس کا احاطہ کرنا ممکن نہیں۔

تلاوت قرآن مجید کی کثرت

قرآن مجید کو رمضان سے ایک خاص نسبت ہے کیونکہ اللہ رب العزت نے تنزیل قرآن کے لئے اسی ماہ مبارک کو منتخب فرمایا۔

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم جناب جبریل امین علیہ السلام سے رمضان ہی میں قرآن مجید کا دور فرمایا کرتے تھے۔

حضرت عمر بن خطاب رضی اللہ عنہ نے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا یہ ارشاد نقل فرمایا ہے کہ حق تعالیٰ شانہ اس کتاب یعنی قرآن مجید کی وجہ سے کتنے ہی لوگوں کا مرتبہ بلند کرتا اور کتنے ہی لوگوں کو پست و ذلیل کرتا ہے۔ (فضائل رمضان بحوالہ صحیح مسلم)

تلاوت کلام اللہ جس قدر زیادہ کی جا سکے اتنا ہی درجات بلند ہوتے ہیں حدیث شریف میں ہے کہ روزہ اور قرآن دونوں قیامت کے دن شفاعت کریں گے روزہ کہے گا کہ اے رب العزت میں نے اس کو دن میں کھانے پینے سے باز رکھا تھا اس کے حق میں میری شفاعت قبول فرما۔ اور قرآن کہے گا میں نے اس کو رات کو جگایا تھا اس لئے میری شفاعت قبول فرمایئے بس دونوں کی شفاعت قبول ہو جائیگی۔ (فضائل قرآن)

مذکورہ بالا حدیث مبارکہ کے حوالہ سے یہ واضح ہوا کہ جس طرح رمضان المبارک کے ساتھ روزہ اور قرآن دونوں کو خصوصی تعلق ہے اس طرح آپس میں بھی ان دونوں

عبادتوں کو ایک دوسرے کے ساتھ بہت گہرا تعلق اور مناسبت ہے مگر بہت سے لوگ صرف رمضان المبارک ہی میں تلاوت کرتے ہیں بقیہ گیارہ ماہ لاپرواہی میں ہی گزار دیتے ہیں۔

قرآن مجید کی تلاوت اللہ تعالیٰ کے قریب سب سے پسندیدہ عمل ہے۔

امام احمد بن حنبل نے حق تعالیٰ سبحانہ وتعالیٰ کو خواب میں دیکھا۔ عرض کیا کہ اے اللہ وہ کون سا عمل ہے جو آپ سے زیادہ قریب کرنے والا ہے۔ ارشاد ہوا وہ عمل تلاوت قرآن ہے آپ نے عرض کیا کہ سمجھ کر یا بلا سمجھے۔ ارشاد ہوا سمجھ کر ہو یا بدوں سمجھے ہو۔ (تحفہ رمضان المبارک)

دراصل اس میں راز یہ ہے کہ مصنف اپنے کلام کے پڑھنے سے خوش ہوا کرتا ہے پس جب بندہ حق تعالیٰ شانہ کے کلام کو پڑھے گا تو اللہ تعالیٰ خوش ہوں گے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم صحابہ کرام کو دوران ماہ رمضان ایک قرآن پاک پڑھنے کی تلقین فرماتے تھے۔ حضرت عبداللہ بن عمرو بن العاص رضی اللہ عنہ کا معمول ایک قرآن روزانہ ختم کرنے کا تھا صحیح بخاری اور صحیح مسلم کی روایت کے مطابق آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے صحابی موصوف کو بلوایا اور حسب دستور اسے مہینے میں ایک قرآن ختم کرنے کی ہدایت فرمائی۔ انہوں نے عرض کیا کہ حضور! مجھے اس سے زیادہ کی استطاعت ہے اور مجھے حافظ قرآن ہونے کے پیش نظر زیادہ کی اجازت مرحمت فرمائی جائے۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اس کے اصرار پر پہلے بیس دن پھر دس دن اور آخر میں ہر سات دن کے بعد ایک قرآن ختم کرنے کی اجازت ان الفاظ میں مرحمت فرمائی۔

''سات دن میں ایک قرآن پڑھ لیا کرو لیکن اس سے زیادہ مقدار میں نہیں۔

(فلسفہ صوم بحوالہ صحیح بخاری)

حضرت امام اعظم امام ابوحنیفہ رحمتہ اللہ علیہ کا معمول تھا کہ وہ روزانہ دو قرآن پڑھا کرتے تھے۔

مولانا جسٹس محمد تقی عثمانی مدظلہ لکھتے ہیں کہ ''ہمارے قریب کے زمانے میں علامہ ابن عابدین شامی گزرے ہیں ان کے حالات میں لکھا ہے کہ انہیں روزانہ ایک قرآن مجید ختم کرنے کی عادت تھی۔ لیکن یہ ضروری نہیں کہ روزانہ ایک قرآن مجید (مکمل) پڑھا جائے بلکہ اپنی استطاعت و وسعت کے مطابق جس قدر زیادہ ہو سکے تلاوت قرآن پاک کرتے رہیں۔

توبہ

قرآن حکیم میں ارشاد ہوا "اور وہ ایسا ہے کہ اپنے بندوں کی توبہ قبول فرماتا ہے اور وہ تمام گناہ معاف فرما دیتا ہے اور جو کچھ تم کرتے ہو وہ اس کو جانتا ہے اور ان لوگوں کی عبادت قبول فرماتا ہے جو ایمان لائے اور نیک عمل کئے اور ان کو اپنے فضل سے اور زیادہ دیتا ہے اور جو لوگ کفر کر رہے ہیں ان کے لئے سخت عذاب ہے۔ (سورہ شوریٰ)

قرآن حکیم میں متعدد بار توبہ کی تلقین و ترغیب دی گئی تا کہ امت محمدیہ کا ہر پیرو اپنے گناہوں کا اقرار کرتے ہوئے توبہ کرلے اور راہ راست پر آ جائے یہی منشائے رب العزت ہے۔

توبہ میں کامیابی

اور توبہ کرو تم سب اے مومنو اللہ کے حضور میں تا کہ تم کامیاب ہو جاؤ۔ (سورہ نور)

مغفرت کا توبہ سے مشروط ہونا

خدائے رحیم مشرق اور کافر کے علاوہ سب کی مغفرت فرمائیں گے۔ مومنوں سے جتنے بھی گناہ سرزد ہو جائیں اسکی رحمت سے ناامید ہونے کی بجائے برابر اہتمام توبہ کرتے رہیں۔ توبہ بار بار ٹوٹتی رہے پھر بھی برابر توبہ میں لگے رہیں انشاء اللہ پکی توبہ بھی ہو جائیگی۔

قرآن حکیم میں ارشاد ہوا "اور جو شخص کوئی گناہ کرے یا اپنے نفس پر ظلم کرے۔ پھر اللہ سے مغفرت چاہے تو وہ اللہ کو غفور الرحیم پائے گا۔ (سورۃ النساء)

صغیرہ گناہوں کی مغفرت اور ان کا کفارہ تو اعمال صالحہ سے بھی ہوتا رہتا ہے لیکن کبیرہ گناہوں کی یقینی طور پر مغفرت ہو جانا توبہ کے ساتھ مشروط ہے۔

ارشاد ہوا کہ "کیا ان لوگوں نے نہیں جانا کہ اللہ پاک توبہ قبول فرماتا ہے اپنے بندوں سے اور صدقات قبول فرماتا ہے اور بے شک اللہ خوب زیادہ توبہ قبول فرمانے والا ہے اور مہربان ہے۔ (سورۃ توبہ)

قرآن پاک میں ایک اور مقام پر ارشاد ہوا۔

"اور میں ایسے لوگوں کے لئے بڑا بخشنے والا ہوں جو توبہ کرلیں اور ایمان لے آئیں اور نیک عمل کرتے رہیں پھر راہ پر قائم رہیں۔ (سورہ طٰہٰ)

توبہ کس طرح کی جائے

اگر کسی سے کوئی گناہ سرزد ہو جائے تو اس کے لئے مستحب ہے کہ وضو کرے اور دو رکعت نماز (نفل بہ نیت توبہ) پڑھے پھر توبہ کرے اور اللہ تعالیٰ سے اپنے گناہ کی مغفرت چاہے۔ (رسول اکرم کا طریقہ نماز بحوالہ ترمذی۔ ابن ماجہ)

استغفار

توبہ کا مفہوم ہے اللہ تعالیٰ کی طرف رجوع ہونا اور استغفار کا معنی ہے مغفرت طلب کرنا یعنی معافی مانگنا۔

توبہ و استغفار دونوں کا حاصل ایک ہی ہے یعنی زبان سے توبہ کے الفاظ ادا ہوں یا استغفار کے اگر دل کی ندامت اور آئندہ کو گناہ نہ کرنے کے پختہ عہد اور عزم کے ساتھ ہوں تو یہی توبہ ہے۔ قرآن مجید کی متعدد آیات میں توبہ و استغفار کا حکم دیا گیا۔

ارشاد باری تعالیٰ ہے "کیا توبہ نہیں کرتے اللہ کے حضور میں اور اسکی مغفرت طلب نہیں کرتے اور اللہ بخشنے والا مہربان ہے۔ (سورہ مائدہ)

جو شخص اپنے صغیرہ گناہوں پر استغفار کرتا ہے کبیرہ گناہوں کی توبہ کر لیتا ہے تو اللہ رب العزت بے شک غفور الرحیم ہے جو یقیناً معاف فرماتا ہے۔ احادیث مبارکہ سے معلوم ہوتا ہے کہ استغفار کی کثرت اللہ کے حضور انتہائی پسندیدہ عمل ہے اس لئے بکثرت استغفار کیا جائے اگر زیادہ نہیں تو کم از کم ۱۰۰ بار روزانہ کا معمول ضرور بنالیں۔

دل کی صفائی کیلئے

حضرت اغر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ بلا شبہ میرے دل پر میل آ جاتا ہے اور بلا شبہ میں ضرور اللہ تعالیٰ سے روزانہ ۱۰۰ بار استغفار کرتا ہوں۔ (فضائل توبہ و استغفار بحوالہ مسلم)

اصلاح اعمال کیلئے

حضرت حذیفہ رضی اللہ عنہ نے بیان فرمایا کہ میں اپنے گھر والوں سے فحش کلامی کے ساتھ پیش آتا تھا میں نے عرض کیا یارسول اللہ ڈر ہے کہ میری زبان مجھے دوزخ میں داخل نہ کردے۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا تم استغفار سے کیوں دور ہو؟ میں روزانہ سو مرتبہ اللہ سے مغفرت طلب کرتا ہوں اور اللہ کے حضور توبہ کرتا ہوں۔ (فضائل توبہ واستغفار)

تکمیل اعمال صالحہ کیلئے

حضرت ثوبان رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم جب اپنی نماز سے فارغ ہوتے تو تین بار استغفار اور یوں دعا کرتے تھے کہ اے اللہ تو سلام ہے اور تجھ ہی سے سلامتی ملتی ہے تو بابرکت ہے اے جلال واکرام والے۔

(فضائل توبہ واستغفار بحوالہ مسلم)

مجلس کی باتوں کے کفارہ کیلئے

حضرت ابو برزہ اسلمی رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم جب کسی مجلس میں تشریف فرما ہوتے تو اس کے آخر میں یہ کلمات ادا فرماتے۔

سبحانک اللھم و بحمدک اشھد ان لا الہ الا انت استغفرک و اتوب الیک۔

ایک شخص نے عرض کیا یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم آپ ایسے کلمات فرماتے ہیں جو پہلے نہیں فرماتے تھے اس پر آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا یہ مجلس میں ہونے والی باتوں کا کفارہ ہیں۔ (سنن ابوداود)

ہر مجلس میں استغفار کرنا

حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما نے بیان فرمایا کہ بلاشبہ ہم ہر مجلس میں یہ شمار استغفار کرتے تھے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سو مرتبہ یہ الفاظ ادا فرماتے تھے۔

رب اغفرلی و تب علی انک انت التواب الغفور۔ (فضائل توبہ واستغفار)

گناہوں کی مغفرت کیلئے

حضرت ام عصمۃ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ جو بھی کوئی مسلمان گناہ کرتا ہے تو (جو) فرشتہ (اس کے لکھنے پر مامور ہے وہ) تین گھڑی (یعنی کچھ دیر) توقف کرتا ہے پس اگر استغفار کرلیا تو وہ گناہ اس کے اعمال نامہ میں نہیں لکھتا اور اس پر اللہ تعالیٰ اس کو قیامت کے دن عذاب نہ دے گا۔

(فضائل توبہ واستغفار بحوالہ مستدرک حاکم)

جس کی غیبت کی ہو اس کے لئے

حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ غیبت کا ایک کفارہ یہ ہے کہ تو اس کے لئے استغفار کرے جس کی تو نے غیبت کی ہے (اس کے لئے استغفار کرتے ہوئے) یوں کہے اللھم اغفرلنا ولہ (اے اللہ ہمیں اور اسے بخش دے) (فضائل توبہ واستغفار بحوالہ بیہقی فی الدعوات اکبر)

نوافل کا اہتمام

حدیث مبارکہ میں ہے کہ اللہ تعالیٰ فرماتا ہے

میرا بندہ نوافل کی جتنی کثرت کرتا جاتا ہے اتنا ہی میرے قریب ہوتا جاتا ہے یہاں تک کہ ایک وقت ایسا آتا ہے کہ میں ہی اس کی زبان بن جاتا ہوں جس سے وہ بولتا ہے اور میں ہی اس کا پاؤں بن جاتا ہوں جس سے وہ چلتا ہے۔ (نفلی عبادات کی اہمیت بحوالہ بخاری)

ایک اور حدیث مبارکہ میں ارشاد ہوا

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا تم جس شخص کو نوافل کثرت کرتے دیکھو تو اس کے قریب ہو جاؤ (یعنی اس کی صحبت حاصل کرو) کیونکہ اس پر اللہ تعالیٰ کی طرف سے حکمت کی باتیں القاء کی جاتی ہیں۔

(نفلی عبادات کی اہمیت بحوالہ مشکوۃ)

نفلی عبادات میں نوافل کا بہت بڑا مقام ہے انہیں اہتمام کے ساتھ بکثرت پڑھیں

خصوصاً ماہ رمضان میں خصوصی اہتمام فرمائیں-

تہجد

تہجد کا لفظ لغت عربی میں ھجود سے مشتق ہے جس کے معنی رات کو سونے کے ہیں- گویا تہجد وہ نماز ہے جو رات کے کسی حصے میں سونے کے بعد (اٹھ کر) ادا کی جائے- علماء لکھتے ہیں کہ تہجد کی ادائیگی کے لئے نیند کرنا شرط ہے خواہ اس کا وقت تھوڑا ہی کیوں نہ ہو پس نیند کے بغیر جو نماز ادا کی جائے گی وہ نوافل کے زمرے میں آئے گی- قرآن حکیم میں ارشاد ہوا ''بے شک رات کا اٹھنا نفس کو سختی سے روندتا ہے اور (وقت عادل وزباں کی یکسانیت کے ساتھ) سیدھی بات نکلتی ہے-(المزمل)

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ ہمارا مالک اور رب تبارک وتعالیٰ ہر رات کو جس وقت آخری تہائی باقی رہ جاتی ہے تو آسمان دنیا کی طرف نزول فرماتا ہے اور ارشاد فرماتا ہے کہ کون ہے جو مجھ سے دعا کرے اور میں اس کی دعا قبول کروں- کون ہے جو مجھ سے مانگے اور میں اس کو عطاء کروں- کون ہے جو مجھ سے مغفرت اور بخشش چاہے میں اس کو بخش دوں- (اسوہ رسول اکرم بحوالہ صحیح بخاری ومسلم)

ایک اور مقام پر قیام لیل کی فضیلت واضح فرماتے ہوئے ارشاد فرمایا

''مومن کی بزرگی قیام اللیل میں ہے اور عزت لوگوں سے استغنا میں ہے-

ایک اور حدیث مبارکہ ہے کہ

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا میری امت کے برگزیدہ افراد وہ ہیں جو قرآن کو اپنے سینوں میں اٹھائے ہوئے ہیں اور شب بیداری کرنے والے ہیں- (فلسفہ صوم)

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا تم پر رات کا قیام (نماز تہجد) لازمی ہے اگرچہ وہ ایک رکعت ہی ہو- (فلسفہ صوم بحوالہ ترمذی)

وقت تہجد

علمائے کرام لکھتے ہیں کہ تہجد کے لئے کسی خاص وقت کا تعین نہیں- بعد از نماز عشاء نیند کی غرض سے اپنے بستر پر چلے جائیں خواہ کچھ وقت کیلئے ہی نیند آئے پھر نصف شب کے

بعد اٹھ کر تہجد کی ادائیگی کی جا سکتی ہے-

تہجد میں کتنی رکعتیں ادا کی جائیں

☆ نماز تہجد ادا کرنے کے متعلق آنحضرت صلی اللہ علیہ وسلم کی عادت شریفہ مختلف تھی کبھی آپ نے چار رکعتیں پڑھیں- کبھی چھ، کبھی آٹھ، کبھی دس لیکن اکثر معمول آٹھ رکعت کا تھا-

(رسول اکرم کا طریقہ نماز بحوالہ ابوداود- بخاری- ابن خزیمہ)

☆ رمضان المبارک کی راتوں میں حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا معمول یہ تھا کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نماز عشاء وتراویح ادا کرنے کے بعد سونے کیلئے تشریف لے جاتے پھر رات کے کسی حصے میں نماز تہجد کے لئے بیدار ہوتے تو بشمول وتر گیارہ رکعتیں نماز ادا فرماتے-

☆ ڈاکٹر عبدالحئی صاحب مدارج النبوۃ کے حوالہ سے لکھتے ہیں کہ تحقیق یہ ہے کہ رمضان المبارک میں حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی نماز تہجد آپ کی عادت مبارکہ ہی کے مطابق تھی اور وہ گیارہ رکعتیں تھیں (نماز تراویح) اس کے علاوہ ہے-

☆ حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم جب راتوں کو تہجد کی نماز پڑھنے کے لئے اٹھتے تھے تو اپنی نماز کو دو ہلکی رکعتوں سے شروع فرماتے-

(اسوہ رسول اکرم بحوالہ صحیح بخاری ومسلم)

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی تہجد

حضرہ صغیرہ بن شعبہ روایت کرتے ہیں کہ ایک مرتبہ رات کے وقت نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم تہجد کی نماز میں اتنی دیر کھڑے رہے کہ آپ کے قدم مبارک تھک گئے اور ان سے خون رسنے لگا- لوگوں نے عرض کیا یا رسول اللہ اللہ نے تو آپ کے اگلے پچھلے سب گناہ معاف فرما دیئے ہیں پھر آپ اتنی مشقت کیوں برداشت کرتے ہیں؟ تو آپؐ نے فرمایا کیا میں اللہ کا شکر گزار بندہ نہ بنوں- (نفلی عبادات کی اہمیت بحوالہ صحیح بخاری)

صاحب فلسفہ صوم لکھتے ہیں کہ حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہ پر خلافت کی ذمہ داریوں کا بار عظیم تھا وہ دن بھر امور مملکت، رعایا کی خبر گیری اور ان کی حاجت برداری میں مصروف رہتے اور ان کی راتیں اپنے رب کے حضور ذکر و فکر، قیام و سجود۔ اور گریہ و زاری میں بسر ہوتیں گویا نہ دن کو آرام اور نہ رات کو سکون و قرار نصیب ہوتا۔۔۔ کسی نے پوچھا حضرت شب و روز یہ اضطراب و التہاب اور بے سکونی و بے آرامی کس لئے؟ آپ کے جسم و جان کا بھی آپ پر کچھ حق ہے۔

حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے فرمایا اگر میں دن میں آرام کرنے لگوں تو رعایا کے حال سے بے خبر ہو جاؤں! اور رات کو چین کی نیند سوؤں تو خدا کی یاد سے غافل قرار پاؤں یہ دونوں حالتیں مجھے گوارا نہیں ہیں اس لئے میرے دن خلق خدا کے لئے اور راتیں ذات کبریا کے لئے وقف ہیں۔

محترم قارئین کرام! تہجد کی فضیلت و برکات سے آپ آشنا ہو چکے تو کیوں نہ تہجد کے فیوض و برکات سے استفادہ کریں اور اپنی ادعیہ منظور کروائیں اگر عام دنوں میں ادائیگی تہجد کی توفیق نہیں تو کم از کم رمضان کی راتوں میں ہی ساعات سعید سے استفاضہ کرلیں کیونکہ سحری کے لئے بیدار تو ہونا ہی ہوتا ہے تو سحری میں تہجد کے ارادے سے ایک گھنٹہ پہلے بیدار ہو جائیں اور کچھ رکعتیں بہ نیت تہجد ادا کرلیں۔ چونکہ نفل عبادات اور ادعیہ کے لئے اس سے بہتر وقت کوئی اور نہیں ہے۔

صلوٰۃ التسبیح

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ایک دن اپنے چچا حضرت عباس بن عبدالمطلب رضی اللہ عنہ سے فرمایا اے میرے چچا، کیا میں آپ کی خدمت میں ایک گراں قدر عطیہ اور ایک قیمتی تحفہ پیش کروں؟ کیا آپ کو خاص بات بتاؤں؟ کیا میں آپ کے دس کام اور دس خدمات کروں؟ (یعنی آپ کو ایک ایسا عمل بتاؤں جس سے آپ کو دس عظیم الشان منفعتیں حاصل ہوں وہ ایسا عمل ہے کہ) جب آپ اس کو کریں گے تو اللہ تعالیٰ آپ کے سارے گناہ معاف فرما دے گا اگلے اور پچھلے بھی۔ پرانے بھی اور نئے بھی بھول چوک سے ہونے والے بھی اور دانستہ ہونے والے

بھی۔ صغیرہ بھی کبیرہ بھی ڈھکے چھپے بھی اور اعلانیہ بھی (وہ عمل صلوٰۃ التسبیح ہے) میرے چچا! اگر آپ سے ہو سکے تو روزانہ یہ نماز پڑھا کریں اور اگر روزانہ نہ پڑھ سکیں تو ہر جمعہ کے دن پڑھ لیا کریں اور اگر آپ یہ بھی نہ کر سکیں تو سال میں ایک دفعہ پڑھ لیا کریں اور اگر یہ بھی نہ ہو سکے تو کم از کم زندگی میں ایک بار ہی پڑھ لیں۔ (سنن ابوداود۔ ابن ماجہ)

ایک اور حدیث مبارکہ میں حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما کو حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم نے صلوٰۃ التسبیح کی تلقین کے بعد فرمایا ”تم اگر بالفرض دنیا کے سب سے بڑے گنہگار ہو گئے تو بھی اس کی برکت سے اللہ تعالیٰ تمہاری مغفرت فرمائے گا۔ (معارف الحدیث)

ترتیب صلوٰۃ التسبیح

صلوٰۃ التسبیح چار رکعتیں ایک سلام سے ہیں جس کی ہر رکعت میں پچھتر (75) بار تسبیح سبحان اللہ و الحمد للہ و لا الہ الا اللہ و اللہ اکبر پڑھیں یعنی چار رکعتوں میں کل تین سو بار (300 بار) تسبیح پڑھی جائیگی۔

☆ صلوٰۃ التسبیح پڑھنے کا طریقہ یہ ہے کہ چار رکعت کی نیت سے تکبیر تحریمہ کہہ کر ہاتھ باندھ لے۔ ثنا پڑھنے کے بعد پندرہ مرتبہ مذکورہ بالا تسبیح پڑھے۔ پھر اعوذ باللہ اور بسم اللہ پڑھ کر سورہ فاتحہ (الحمد للہ رب العالمین) اور کوئی سورۃ پڑھے اس کے بعد دس مرتبہ یہی تسبیح پڑھے پھر رکوع کرے۔ اور رکوع میں یہی تسبیح دس بار پھر قومہ میں دس بار پھر دونوں سجدوں میں اور سجدوں کے درمیاں ۱۰-۱۰ بار پڑھیں۔

☆ دوسری رکعت میں سورہ فاتحہ سے پہلے پندرہ مرتبہ اور سورہ فاتحہ اور سورہ کے بعد دس بار پھر پہلی رکعت کی طرح بقیہ مقامات میں دس دس مرتبہ۔

☆ اسی طرح تیسری اور چوتھی رکعتیں بھی پڑھنی ہے۔

☆ دوسری روایت میں ہے کہ ثنا کے بعد یہ تسبیح نہ پڑھے بلکہ سورہ فاتحہ اور سورہ کے بعد پندرہ مرتبہ پھر رکوع، قومہ، دونوں سجدوں اور جلسہ میں دس دس مرتبہ اور دوسرے سجدہ کے بعد بیٹھ کر دس مرتبہ اور اسی

طرح دوسری رکعت میں بھی التحیات کے بعد دس مرتبہ التحیات دوسرے سجدہ میں بیٹھ کر دس مرتبہ اور چوتھی رکعت میں درود شریف کے بعد دس مرتبہ۔

یہ دونوں طریقے ترمذی (جلد اول) پر موجود ہیں جس کا جی چاہے جس طرح پڑھے۔

(رسول اکرم کا طریقہ نماز بحوالہ ترمذی)

گوشوارہ ترتیب تسبیح

ثنا کے بعد	فاتحہ اور سورۃ کے بعد	رکوع میں	قومہ میں	سجدوں میں	سجدوں کے مابین	مجموعہ
15	10	10	10	20	10	75بار

دوسری رکعت میں

سورہ فاتحہ سے پہلے	فاتحہ اور سورۃ کے بعد	رکوع میں	قومہ میں	سجدوں میں	سجدوں کے مابین	مجموعہ
15	10	10	10	20	10	75بار

صلوٰۃ التسبیح کی جماعت

نوافل کی جماعت خواہ صلوٰۃ التسبیح ہو یا کوئی دوسرے نوافل اگر بتداعی ہو (یعنی اگر باقاعدہ اہتمام کے ساتھ دو افراد سے زائد ہوں) مکروہ ہے۔

(تحفہ رمضان المبارک بحوالہ فتاویٰ دارالعلوم۔ المختار)

چھوٹے گناہوں سے بچنے کی تاکید

کچھ لوگ گناہ کبیرہ سے تو بچنے کی کوشش کرتے ہیں مگر گناہ صغیرہ کا خیال نہیں کرتے۔ حالانکہ صغیرہ گناہوں کو بھی معمولی سمجھ کر لاپرواہی نہیں کرنا چاہیئے اس پر بھی مواخذہ اور

عذاب ہوسکتا ہے۔

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ اے عائشہ! ان گناہوں سے بھی پرہیز کرو جن کو حقیر سمجھا جاتا ہے۔ کیونکہ اللہ تعالیٰ کی طرف سے ان کے بارے میں بھی مطالبہ کرنے والا (یعنی لکھنے والا) فرشتہ موجود ہے۔

(فضائل توبہ واستغفار بحوالہ سنن ابن ماجہ)

جب نفس گناہوں کا عادی ہو جائے تو گناہوں سے بچنا دشوار ہو جاتا ہے اور اکثر اوقات ایسا بھی ہوتا ہے کہ سچے دل سے توبہ کی توفیق بھی نہیں ہو پاتی ہر مسلمان پر لازم ہے کہ وہ صغیرہ گناہوں سے بھی بچنے کا اہتمام کرے اور یوں نہ سمجھے کہ گناہ صغیرہ ہی تو ہے۔

حدیث شریف میں ہے کہ نبی اقدس صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ

"بے وقوف ہے وہ جو اپنے نفس کو اس کی خواہشوں کے پیچھے لگائے رکھتا ہے"

(فضائل توبہ واستغفار بحوالہ ترمذی)

ذکر

ذکر سے مراد ذکر اللہ ہے یعنی اللہ رب العزت کی تحمید کرنا۔ اللہ کا ورد کرنا اور اللہ کو یاد کرنا ہے جس کی کثرت اللہ تعالیٰ کے قرب کا ذریعہ ہے اور اللہ کا ذکر قلبی سکون واطمینان دیتا ہے ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ **الا بذکر الله تطمئن القلوب** یعنی اللہ کے ذکر سے دلوں کو اطمینان نصیب ہوتا ہے۔

ذکر کے لئے وقت اور مقدار کا تعین بھی کیا جاسکتا ہے اور صبح شام، اٹھتے بیٹھتے، چلتے پھرتے کرتے رہیں۔ ہاتھوں سے کام کرتے رہیں اور زبان پر اللہ تعالیٰ کا ذکر جاری رہے۔ اس طرح معمولات حیات کے ساتھ ساتھ ذکر بھی ہو جاتا ہے۔ ارشاد ہوا "اور کثرت سے اپنے رب کو یاد کیا کیجئے اور صبح شام تسبیح کیجئے (سورہ العمران) ذکر کیا ہے؟ ذرا سا واضح کرتا چلوں۔ افضل الذکر کلمہ طیبہ۔ کلمہ تمجید یعنی تیسرا کلمہ جنہیں تسبیحات فاطمہ بھی کہا جاتا ہے۔ درود شریف اور استغفار قرآن مجید میں ارشاد ہوا "پس تم میری یاد کرو (میرا ذکر کرو) میں تمہیں یاد رکھوں گا اور میرا شکر ادا کرتے رہو اور ناشکری نہ کرو" (سورہ البقرہ)

حدیث شریف میں ہے کہ تین اشخاص کی دعا مسترد نہیں کی جاتی ایک وہ شخص جو اللہ کا

ذکر کثرت سے کرتا ہے دوسرے مظلوم - تیسرے وہ بادشاہ جو ظلم نہ کرتا ہو-

اللہ تعالیٰ نے ذکر کرنے کا سلیقہ بھی خود ہی سکھا دیا ارشاد ہوا کہ ''اور اپنے رب کی یاد کیا کرو اپنے دل میں اور زرا دھیمی آواز سے بھی اس حالت میں کہ عاجزی بھی ہو اور اللہ کا خوف بھی ہو (ہمیشہ) صبح کو بھی اور شام کو بھی اور غافلین میں سے نہ ہو'' (سورہ اعراف)

اور جو لوگ اللہ کے ذکر سے غافل ہیں وہ سخت خسارے میں رہ جائیں گے اور منفعت سے محروم رہ جائیں گے چنانچہ ارشاد ہوا ''پس ہلاکت ہے ان لوگوں کے لئے جن کے دل اللہ کے ذکر سے متاثر نہیں ہوتے یہ لوگ کھلی گمراہی میں ہیں'' (سورہ زمر)

ذکر کرنے کی تاکید بہت سی احادیث میں بھی فرمائی گئی اور ذکر کے فضائل بھی بیان فرما دیئے گئے - حضرت ابودردا رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم نے ایک مرتبہ صحابہ کرام سے ارشاد فرمایا کہ تم کو ایسی چیز نہ بتاوں جو تمام اعمال میں بہترین چیز ہے اور تمہارے مالک کے نزدیک سب سے زیادہ پاکیزہ اور تمہارے درجات کو بہت زیادہ بلند کرنے والی اور سونے چاندی کو (اللہ کے راستے میں) خرچ کرنے سے بھی زیادہ بہتر اور (جہاد میں) تم دشمنوں کو قتل کرو وہ تمہیں قتل کریں اس سے بھی بڑھی ہوئی - صحابہ کرام نے عرض کیا ضرور بتلائیں آپؐ نے ارشاد فرمایا - اللہ کا ذکر کرو - (فضائل ذکر بحوالہ ترمذی - ابن ماجہ)

ذکر اللہ کے لئے کوئی کڑی شرط بھی نہیں اور مشقت بھی نہیں - ذکر اس قدر سہل عمل ہے اسے لیٹے بیٹھے کسی بھی حالت میں کیا جا سکتا ہے-

حضرت ابوسعید خدری سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے کہ بہت سے لوگ ایسے ہیں کہ دنیا میں نرم نرم بستروں پر اللہ کا ذکر کرتے ہیں جس کی وجہ سے حق تعالیٰ شانہ انہیں جنت کے اعلیٰ درجوں میں پہنچا دیتا ہے - (فضائل ذکر بحوالہ ابن حبان)

اور پھر ذکر کرنے والے اور ذکر نہ کرنے کا امتیاز واضح کر دیا گیا کہ ذکر کرنے والا انسان ذکر نہ کرنے والے سے کس قدر ممتاز ہے-

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص اللہ کا ذکر کرتا ہے اور جو نہیں کرتا ان دونوں کی مثال زندہ اور مردے کی سی ہے کہ ذکر کرنے والا زندہ ہے اور ذکر نہ کرنے والا مردہ ہے- (فضائل ذکر بحوالہ بخاری - مسلم - مشکوۃ - بیہقی)

ذکر خلوت میں یکسوئی، خلوص اور توجہ سے کیا جانا چاہیے - توجہ و میلان جس قدر زیادہ ہوگا اللہ رب العزت کی عظمت اسی قدر دل میں زیادہ سمائے گی اور اگر ذکر اجتماعی طور پر کیا جائے تو اس کی فضیلت اس سے بھی بڑھ کر ہے-

حضرت انس رضی اللہ عنہ روایت فرماتے ہیں کہ حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے کہ جو بھی لوگ اللہ کے ذکر کیلئے مجتمع ہوں اور ان کا مقصود صرف اللہ کی رضا ہو تو آسمان سے ایک فرشتہ صدا کرتا ہے کہ تم لوگ بخش دیئے گئے اور تمہاری برائیاں نیکیوں سے بدل دی گئیں- (فضائل ذکر بحوالہ مسند احمد - الطبرانی)

فضائل ذکر کے ذیل میں ایک اور حدیث مبارکہ وارد ہوئی

حضرت معاذ بن جبل رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم کا فرمان ہے کہ اللہ کے ذکر سے بڑھ کر کسی آدمی کا کوئی عمل عذاب قبر سے زیادہ نجات دینے والا نہیں- (فضائل ذکر بحوالہ مسند احمد)

ذکر کا ایک بہت بڑا فائدہ یہ بھی ہے کہ نفلی عبادات کی ادائیگی میں جو کوتاہیاں ہو جاتی ہیں اور کمی رہ جاتی ہے اللہ کے ذکر کی کثرت ان کی تلافی کر سکتی ہے-

حضرت انس رضی اللہ عنہ نے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم سے نقل کیا ہے کہ اللہ تعالیٰ کا ذکر ایمان کی علامت ہے اور نفاق سے براءت ہے اور شیطانات سے حفاظت ہے اور جہنم کی آگ سے بچاؤ ہے اور انہیں منافع کی وجہ سے اللہ کا ذکر بہت سی عبادات سے افضل قرار دیا گیا ہے بالخصوص شیطان کے تسلط سے بچنے میں اس کو دخل ہے-

اللہ تعالیٰ ہم سب کو رمضان میں بھی اور رمضان کے علاوہ بھی ذکر زیادہ سے زیادہ کرنے کی توفیق عطاء فرمائے-

دعا

ماہ رمضان میں جس قدر بھی ادعیہ کی جائیں اللہ رب العزت قبول فرمانے والے ہیں دعا جب بھی کی جائے اس میں خلوت و خلوص کو خاص عمل دخل ہے دعائیں جتنی بھی کی جائیں ان میں غیر اللہ سے کچھ نہ مانگا جائے اللہ سے سب کچھ ہونے کا یقین اور غیر اللہ سے کچھ نہ ہونے کا یقین کامل دل سے ہو-

اللہ کی طرف سے دعا کی قبولیت کا وعدہ

ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ

اور جب بندے آپ سے میرے متعلق سوال کریں تو (آپ میری طرف سے فرما دیجئے) کہ میں قریب ہی ہوں قبول کرتا ہوں درخواست کرنے والے کی دعا جب وہ مجھ سے دعا کرے سو ان کو چاہیے کہ میرے احکام کو قبول کریں - اور مجھ پر یقین رکھیں امید ہے کہ لوگ رشد حاصل کرسکیں گے- (سورہ بقرہ)

دعا کے آداب میں سے یہ بھی ایک ادب ہے کہ اللہ رب العزت سے جب بھی دعا کرو انتہائی عاجزی، بیچارگی اور اپنی محتاجی کو ظاہر کرتے ہوئے اور چپکے چپکے دعا کرنا چاہیے- قرآن حکیم میں ارشاد ہوا

تم لوگ اپنے پروردگار سے دعا کیا کرو تذلل ظاہر کر کے بھی اور چپکے چپکے بھی- بے شک اللہ تعالیٰ ان لوگوں کو پسند نہیں فرماتے جو حد سے نکل جانے والے ہیں اور دنیا میں بعد اس کے کہ اس کی درستی کر دی گئی ہے فساد مت پھیلاؤ اور تم اللہ تعالیٰ کو پکارو ڈرتے ہوئے اور امیدوار رہتے ہوئے - بے شک اللہ کی رحمت نیک کام کرنے والوں سے قریب ہے- (سورہ اعراف)

دعا کرنے میں تکبر

بہت سے لوگوں کا خیال ہے کہ دعا میں رکھا ہی کیا ہے یا یہ کہ انہیں غرور ہوتا ہے کہ اور وہ دعا کرنے سے اجتناب کرتے ہیں حالانکہ اللہ وہ ذات ہے اس سے جتنی بھی دعائیں مانگو وہ خوش ہوتا ہے قرآن حکیم میں ارشاد ہوا کہ ''اور فرمایا تمہارے رب نے مجھ کو پکارو- میں تمہاری درخواست قبول کروں گا جو لوگ میری عبادت سے سرتابی کرتے ہیں (جس میں دعا نہ کرنا بھی شامل ہے) وہ عنقریب ذلیل ہو کر دوزخ میں ہوں گے-

(سورہ مومن)

اللہ مجبور کی دعا قبول فرماتا ہے

آیا وہ ذات (بہتر ہے) جو مجبور شخص کی دعا قبول فرماتا ہے- جب وہ پکارتا ہے اور مصیبت کو دور فرماتا ہے اور تم کو زمین میں صاحب تصرف بناتا ہے (یا وہ لوگ بہتر ہیں جن کو یہ شریک ٹھہراتے ہیں) کیا اللہ کے ساتھ کوئی اور معبود ہے؟ تم لوگ بہت ہی کم یاد رکھتے ہو- (سورہ نمل)

غیر اللہ سے مانگنے کی مذمت

ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ

اور اللہ کے علاوہ جن لوگوں کو پکارتے ہیں وہ کھجور کی گٹھلی کے چھلکے کے برابر بھی اختیار نہیں رکھتے - (سورہ فاطر)

آپ فرما دیجئے کہ جن کو تم خدا کے سوا (معبود) قرار دے رہے ہو ان کو پکارو تو سہی سو وہ تم سے تکلیف دور کرنے کا اختیار رکھتے ہیں اور نہ اس کے بدل دینے کا-

(سورہ بنی اسرائیل)

اور اللہ کو چھوڑ کر ایسی چیز کو مت پکارو جو تجھ کو نہ کوئی نفع پہنچا سکے اور نہ کوئی ضرر پہنچا سکے پھر اگر تو نے ایسا کیا تو بلاشبہ تو اس وقت ظالموں میں سے ہوگا- (سورہ یونس)

ادعیہ احادیث کی روشنی میں

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ اللہ تعالیٰ کے نزدیک کوئی چیز دعا سے بڑھ کر بزرگ و برتر نہیں-

(فضائل دعا بحوالہ مشکوۃ المصابیح - ترمذی)

حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا دعا عبادت کا مغز ہے- (فضائل دعا بحوالہ مشکوۃ المصابیح)

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ جو شخص اللہ تعالیٰ سے سوال نہیں کرتا اللہ تعالیٰ اس پر غصہ کرتا ہے- (فضائل دعا بحوالہ ترمذی)

والدین کے لیے رحمت کی دعا

رب ارحمهما كما ربياني صغيراً۔

اے میرے رب ان پر رحم فرما جیسا کہ انہوں نے مجھے چھوٹے سے کو پالا۔

(سورہ بنی اسرائیل)

دوزخ سے تحفظ کی دعا

ربنا اصرف عنا عذاب جهنم ان عذابها كان غراماً انها ساء ت مستقراً و مقاماً۔

اے ہمارے پروردگار جہنم کے عذاب کو ہم سے دور رکھ بے شک اس کا عذاب پوری تباہی ہے۔ بے شک جہنم برا ٹھکانہ ہے اور برا مقام ہے۔ (سورہ فرقان)

دنیا و آخرت کی بھلائی کی دعا

ربنا اتنا فى الدنيا حسنته و فى الاخرة حسنة وقنا عذاب النار

اے ہمارے رب ہم کو دنیا میں بہتری عطاء فرما اور آخرت میں بھی بہتری عطاء فرما اور ہم کو دوزخ کے عذاب سے بچا۔ (سورہ بقرہ)

بخشش کی دعا

ربنا اتنا امنا فاغفرلنا ذنوبنا و قناعذاب النار۔

اے ہمارے پروردگار ہم ایمان لے آئے سو ہمارے گناہوں کو معاف کر دیجئے اور ہم کو عذاب دوزخ سے بچا لیجئے۔ (سورہ آل عمران)

رب اغفر و ارحم و انت خير الراحمين۔

اے ہمارے رب مغفرت فرما اور رحم فرما بے شک آپ رحم کرنے والوں میں سب سے بہتر رحم فرمانے والے ہیں۔ (سورہ مومنون)

خیرات وصدقات

وما تنفقوا من شئی فى سبيل الله يوف اليكم و انتم لاتظلمون۔

اللہ رب العزت نے انسان کو سب کچھ عطاء فرمایا اور اس کے ساتھ یہ سلیقہ بھی سکھا دیا کہ اللہ تعالیٰ نے جو کچھ تمہیں عطاء فرمایا ہے اسی میں سے اللہ کی راہ میں لوٹا دو تو اس پر بہت بڑا اجر ہے۔ اس کے دو مقاصد ہیں اول یہ کہ اللہ کے وہ بندے جو معاشی طور پر انتہائی کمزور ہیں ان کی معاونت ہوگی اور وہ اپنی ضروریات پوری کر سکیں گے دوسرا فلسفہ اس میں یہ پوشیدہ ہے کہ صدقہ سے بلیات ٹل جاتی ہیں۔

جو شخص اللہ کی راہ میں جس قدر زیادہ خرچ کرے گا وہ اللہ کے اتنا ہی قریب ہوگا مگر اس میں شرط خلوص نیت کی ہے اگر خرچ کرتے وقت ذرہ برابر بھی بڑائی یا نمود و نمائش کا خیال ذہن میں آ گیا تو وہ اس ثواب سے محروم بھی ہو سکتا ہے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے کہ اللہ تعالیٰ تمہاری صورتوں اور تمہارے مالوں کی طرف نہیں دیکھتے (کہ کیا خرچ کیا) بلکہ تمہارے اعمال اور تمہارے دلوں کی طرف دیکھتے ہیں۔

''نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ مجھے تم پر بہت زیادہ خوف شرک اصغر کا ہے۔ صحابہ کرام نے عرض کیا یا رسول اللہ شرک اصغر کیا ہے؟ حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا دکھلاوے کے لئے عمل کرنا۔

اللہ کی راہ پر خرچ کرنے کے بارہ میں قرآن حکیم میں کئی مقامات پر اہل ایمان کو حکم دیا گیا۔

ارشاد باری تعالیٰ ہوا کہ

جو میرے خاص ایمان والے بندے ہیں ان سے کہہ دیجئے کہ وہ نماز کو قائم رکھیں اور ہمارے دیئے ہوئے رزق سے خرچ کرتے رہیں پوشیدہ طور سے بھی اور اعلانیہ بھی۔ ایسا دن آنے سے پہلے جس میں نہ خرید و فروخت ہوگی نہ دوستی ہوگی۔ (سورہ ابراہیم)

راہ خدا میں خرچ کرنے سے مال میں کمی نہیں آتی بلکہ اس میں برکت آتی ہے اور اضافہ ہوتا ہے۔ یہ جو ہم اللہ کی راہ میں خرچ کر دیتے ہیں اور اللہ کو قرض حسنہ دینے کے مترادف ہے ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ

کون شخص ہے ایسا جو اللہ کو قرض حسنہ دے- پھر اللہ تعالیٰ اس کے ثواب کو اس کے لئے بڑھاتا چلا جائے اور اس کے لئے بہترین بدلہ ہے- (سورہ حدید)

بے شک صدقہ دینے والے مرد اور صدقہ دینے والی عورتیں اور (یہ صدقہ دینے والے) اللہ کو قرض حسنہ دے رہے ہیں ان کا ثواب بڑھایا جائے گا ان کے لئے نفیس اجر ہے- (سورہ حدید)

اگر تم اللہ کو اچھی طرح (اخلاص سے) قرض دو گے تو وہ اس کو تمہارے لئے بڑھاتا چلا جائے گا اور تمہارے گناہ بخش دے گا اور اللہ بڑی قدر کرنے والا ہے اور بڑا بردبار ہے- پوشیدہ اور ظاہری اعمال کے جاننے والا ہے- زبردست ہے اور حکمت والا ہے-

(سورہ تغابن)

حضرت علی کرم اللہ وجہہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ صدقہ کرنے میں جلدی کیا کرو اس لئے کہ بلا صدقے کو پھاند نہیں سکتی-

(فضائل صدقات بحوالہ مشکوۃ)

حضرت عبدالرحمٰن بن عوف کہتے ہیں کہ حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ تین چیزیں ہیں قسم ہے اس ذات پاک کی جس کے قبضہ میں میری جان ہے کہ میں ان چیزوں پر قسم کھاتا ہوں اور یہ کہ صدقہ کرنے سے مال کم نہیں ہوتا اس لئے خوب صدقہ کیا کرو- دوسرے یہ کہ جس بندہ پر کوئی ظلم کیا جائے اور وہ اس کو معاف کر دے تو اللہ تعالیٰ قیامت میں اس کی عزت بڑھاتے ہیں تیسری بات یہ ہے کہ نہیں کھولتا کوئی بندہ سوال کے دروازہ کو مگر اللہ تعالیٰ اس پر فقر کا دروازہ کھول دیتے ہیں-

حضرت سعد بن عبادہ رضی اللہ عنہ نے حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں عرض کیا کہ یا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم میری والدہ کا انتقال ہو گیا (ان کے ایصال ثواب کے لیے) کون سا صدقہ زیادہ افضل ہے- حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا پانی

سب سے افضل ہے اس پر حضرت سعد نے اپنی والدہ کے ثواب کے لئے ایک کنواں کھدوایا- (فضائل صدقات بحوالہ ابوداؤد- نسائی- مشکوۃ)

حضرت اسماء بنت ابوبکر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ان سے فرمایا کہ (خوب) خرچ کیا کرو اور شمار نہ کر (اگر ایسا کرے گی) تو اللہ تعالیٰ بھی تم پر شمار کرے گا اور محفوظ کر کے نہ رکھ (اگر ایسا کرے گی) تو اللہ تعالیٰ تجھ پر محفوظ کر کے رکھے گا (یعنی کم عطاء کرے گا) عطاء کر جتنا بھی تجھ سے ہو سکے-

(فضائل صدقات بحوالہ متفق علیہ)

یاآیها الذین آمنوا صلوا وسلمو تسلیما

اے ایمان والو حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم پر درود اور خوب سلام بھیجو۔ (احزاب)

درود و سلام

درود و سلام

قرآن حکیم میں ارشاد ہوا۔

یاآیها الذین آمنوا صلوا علیه وسلموا تسلیماً۔

اے ایمان والو حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم پر درود اور خوب سلام بھیجو۔

(سورۃ احزاب آیت 55)

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے کہ جو شخص مجھ پر ایک دفعہ درود پڑھے اللہ تعالیٰ اس پر دس دفعہ صلوۃ بھیجتے ہیں۔

(فضائل درود بحوالہ مسلم۔ ابوداود۔ ابن حبان)

حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے کہ بے شک قیامت میں لوگوں میں سے سب سے زیادہ مجھ سے قریب وہ شخص ہوگا جو سب سے زیادہ مجھ پر درود بھیجے گا۔ (فضائل درود بحوالہ ترمذی۔ ابن حبان)

حضرت ابودردا رضی اللہ عنہ نے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد نقل کیا ہے کہ جو شخص صبح و شام مجھ پر دس دس مرتبہ درود شریف پڑھے۔ اس کو قیامت کے دن میری شفاعت پہنچ جائیگی۔ (فضائل درود بحوالہ الطبرانی)

اس طرح درود پڑھا کرو

حضرت عبدالرحمٰن بن ابی لیلی کہتے ہیں کہ مجھ سے حضرت کعب بن عجرۃ فرمانے لگے کہ میں تجھے ایک ایسا ہدیہ دوں جو میں نے حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم سے سنا ہے۔ میں نے عرض کیا ضرور مرحمت فرمایئے انہوں نے فرمایا کہ ہم نے حضور اقدس سے عرض کیا یارسول اللہ آپ پر درود کن الفاظ سے پڑھا جائے۔ یہ تو اللہ تعالیٰ نے ہمیں بتادیا کہ (ہم آپ پر سلام بھیجیں) نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا اس طرح درود پڑھا کرو۔

اللهم صل علی محمد و علی آل محمد کما صلیت علی ابراهیم وعلی ال ابراهیم انک حمید مجید- اللهم بارک علی محمد وعلی ال محمد کما بارکت علی ابراهیم وعلیٰ آل ابراهیم انک حمید مجید- (فضائل درود بحوالہ بخاری)

سب سے افضل درود

علامہ ابن المشتہر کہتے ہیں جو شخص یہ چاہتا ہو کہ اللہ جل شانہ کی ایسی حمد کرے جو اس سب سے زیادہ افضل ہو جو اب تک اس کی مخلوق میں سے کسی نے کی ہو اولین و آخرین اور ملائکہ مقربین- آسمان والوں اور زمین والوں سے بھی افضل ہو اور اسی طرح یہ چاہے کہ حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم پر ایسا درود پڑھے جو اس سب سے افضل ہو- جتنے درود کسی نے پڑھے ہیں اور اسی طرح یہ بھی چاہتا ہو کہ وہ اللہ تعالیٰ شانہ سے کوئی ایسی چیز مانگے جو اس سب سے افضل ہو جو کسی نے مانگی ہو تو وہ یہ پڑھا کرے-

اللهم لک الحمد کمآ انت اهله' فصل علی محمد کمآ انت اهله و افعل بنا مآ انت اهله فانک انت اهل اهل التقوی و اهل المغفرة-
(فضائل درود)

میری شفاعت واجب ہے

حضرت رویفع بن ثابت رضی اللہ عنہ کی روایت سے حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم کا یہ ارشاد نقل کیا ہے کہ جو شخص یہ درود پڑھے-

اللهم صل علی محمد و انزله المقعد المقرب عندک یوم القیمة-

اس کے لئے میری شفاعت واجب ہے-

اسی سال کے گناہ معاف

حضرت ابوہریرہ و حضرت انس رضی اللہ عنہم سے نقل ہے کیا گیا ہے کہ جو شخص جمعہ کے دن عصر کی نماز کے بعد اپنی جگہ سے اٹھنے سے پہلے اسی مرتبہ یہ درود شریف پڑھے-

اللهم صل علی محمد النبی الامی و علی اله وسلم تسلیماً-

اس کے اسی سال کے گناہ معاف ہوں گے اور اسی سال کی عبادت کا ثواب اس کے لئے لکھا جائے گا- (فضائل درود شریف بحوالہ طبرانی و دار قطنی)

درود پاک بڑے پیمانہ سے ناپا جائے

حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے کہ جو شخص یہ چاہتا ہو کہ اس کا درود بہت بڑے پیمانے میں ناپا جائے جب وہ ہم اہل بیت پر درود بھیجے تو یوں پڑھا کرے-

اللهم اجعل صلواتک و برکاتک علی محمد النبی و ازواجه امهات المومنین و ذریته و اهل بیته کما صلیت علی ال ابراهیم انک حمید مجید-

اجر کثیر (ہزار دن تک)

حضرت جابر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے کہ جو شخص صبح و شام یہ درود پڑھا کرے-

اللهم رب محمد صلی علی محمد و علی آل محمد و اجز محمدا ماهو اهله-

اس کا ثواب لکھنے والوں کو ایک ہزار دن تک مشقت میں ڈالے رکھے گا-

(فضائل درود بحوالہ نزہت المجالس)

جمعہ کو بکثرت درود پڑھا کرو

حضرت ابوامامہ رضی اللہ عنہ سے حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد نقل ہے کہ میرے اوپر ہر جمعہ کے دن کثرت سے درود بھیجا کرو- اس لئے کہ میری امت کا درود ہر جمعہ کو پیش کیا جاتا ہے پس جو شخص میرے اوپر درود پڑھتے ہیں سب سے زیادہ ہوگا وہ مجھ سے (قیامت کے دن) سب سے زیادہ قریب- (فضائل درود شریف)

انا انزلناه فی لیلة القدر ○ وما ادرک ما لیلة القدر ○ لیلة القدر خیر من الف شهر

(القدر)

لیلۃ القدر

لیلۃ القدر

(شب قدر)

لیلۃ القدر

ارشاد ربانی ہے۔

انا انزلنا فی لیلة القدر – وما ادرک مالیلة القدر – لیلة القدر خیر من الف شهر – تنزل الملیکة و الروح فیها باذن ربهم من کل امر – سلامٌ هی حتی مطلع الفجر –

ترجمہ: ہم نے اس (قرآن) کو شب قدر میں نازل کیا۔
اور تمہیں کیا معلوم کہ شب قدر کیا ہے؟
شب قدر ہزار مہینوں سے زیادہ بہتر ہے۔
فرشتے اور روح اپنے رب کے اذن (اجازت) سے ہر حکم لے کر اترتے ہیں۔
اور وہ رات سراسر سلامتی ہے طلوع فجر تک۔

☆ قدر کے لغوی معنی بزرگی۔ شرافت۔ منزلت۔ عزت۔ بڑائی۔ اوج۔ مرتبہ اور تقدیر کے ہیں۔ یعنی یہ وہ رات ہے کہ جس میں اللہ تعالیٰ تقدیر کے فیصلے نافذ کرنے کے لئے فرشتوں کے سپرد فرماتے ہیں۔ سورہ دخان کی آیت نمبر ۵ "فیها یفرق کل امر حکیم (اس رات میں ہر معاملہ کا حکیمانہ فیصلہ صادر کر دیا جاتا ہے) سے

تائید ہوتی ہے- یعنی اس رات میں تمام مخلوقات کے لئے کاتب ازل نے اس کے مقدر میں جو کچھ لکھ دیا ہے اس کا وہ حصہ جو اس سال رمضان سے آئندہ رمضان تک پیش آنے والا ہے وہ ان فرشتوں کے سپرد کر دیا جاتا ہے- جو کائنات کی تدبیر اور تنفیذ (امور) کے لئے مامور ہیں اس میں ہر انسان کی عمر' موت' رزق اور بارش وغیرہ کی مقدار میں مقررہ فرشتوں کے حوالے کر دی جاتی ہیں یہاں تک کہ جس شخص کو اس سال حج نصیب ہوگا وہ بھی لکھ دیا جاتا ہے اور یہ فرشتے جن کو یہ امور سپرد کیے جاتے ہیں ان کے بارے میں حضرت عبداللہ بن عبّاس رضی اللہ عنہما کی روایت ہے کہ وہ فرشتے چار ہیں یعنی اسرائیل، میکائیل، عزرائیل اور جبرائیل علیہم السلام-

اسی سورہ مبارکہ میں ھی فرمایا گیا لیلۃ القدر خبر من الف شھر-

☆ اس سورہ مبارکہ میں ہی فرمایا گیا لیلۃ القدر خیر من الف شھر اس آیت مبارکہ سے اس رات کی عظمت کی مزید تائید ہوتی ہے کہ اس رات کو ہزار مہینوں سے افضل قرار دیا گیا ہے کہ اس رات میں کی گئی عبادات کی فضیلت ہزار مہینوں کی عبادات کے مساوی یا اس سے زیادہ کی عبادات کا ثواب عطا کیا جائے گا- گویا وہ مسلمان جو شب قدر کی قدر کریں گے- شب بیداری کریں گے اور دن میں روزہ رکھیں گے اور اپنے گناہوں کی معافی اور مغفرت کی دعا کرنا چاہیے-

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ جب رمضان المبارک کا آغاز ہوا تو رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا ''بے شک یہ مہینہ تمہارے پاس آیا ہے اور اس میں ایک رات ہے جو ہزار مہینوں سے بہتر ہے جو شخص اس رات میں عبادت نہ کرے اس کے ثواب سے محروم رہا وہ ہر طرح کی خیر سے محروم رہا اور اس کی خیر سے بدنصیب شخص ہی محروم رہتا ہے- (مشکوۃ شریف)

اس رات میں کی گئی عبادات کا مفہوم یہ ہے کہ گویا اس نے (ہزار مہینے) تراسی سال

چار ماہ عبادات کیں-

☆ امام زہری رحمتہ اللہ علیہ فرماتے ہیں قدر کے لغوی معانی قدر و منزلت کے ہیں چونکہ یہ رات باقی راتوں کے مقابلے میں شرف و مرتبہ کے لحاظ سے بلند ہے اس لئے اسے لیلۃ القدر کہا جاتا ہے-

☆ حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ چونکہ اس رات میں اللہ تعالیٰ کی طرف سے ایک سال کی تقدیر و فیصلے کا قلم دان فرشتوں کو سونپا جاتا ہے اس سبب سے یہ لیلۃ القدر کہلاتی ہے-

☆ اس رات کو قدر کے نام سے تعبیر کرنے کی وجہ یہ بھی بیان کی جاتی ہے-

نزل فیھا کتاب ذوقدر علی لسان ذی قدر علی امتہ لھا قدر و لعل اللہ تعالیٰ انما ذکر لفظہ القدر فی ھذہ السورۃ ثلاث مرات لھذا السبب-

اس رات میں اللہ تعالیٰ نے اپنی قابل قدر کتاب- قابل قدر امت کے لئے صاحب قدر رسول کی معرفت نازل فرمائی یہی وجہ ہے کہ اس سورہ میں لفظ قدر تین مرتبہ آیا-

☆ قدر کے معنی تنگی کے بھی ہیں- اس معنی کے لحاظ سے اسے قدر والی کہنے کی وجہ یہ ہے کہ اس رات آسمان سے فرش زمین پر اتنی کثرت کے ساتھ فرشتوں کا نزول ہوتا ہے کہ زمین تنگ ہو جاتی ہے-

☆ امام ابوبکر اوراق ''قدر'' کی وجہ بیان کرتے ہوئے فرماتے ہیں کہ یہ رات عبادت کرنے والے کو صاحب قدر بنا دیتی ہے اگرچہ وہ پہلے اس لائق نہ تھا-

یہ رات کیوں عطاء فرمائی گئی

جب رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو سابقہ لوگوں کی عمروں پر آگاہ فرمایا گیا تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ان کے مقابلے میں اپنی امت کے لوگوں کی عمر کو کم دیکھتے ہوئے یہ خیال فرمایا کہ میری امت کے لوگ اتنی کم عمر میں سابقہ امتوں کے برابر عمل کیسے کر سکیں گے؟

جب رب العالمین نے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کو اس معاملہ میں پریشان دیکھا تو لیلتہ القدر عطاء فرمائی جو بے شک بہت بڑا کرم ہے۔ ارشاد ہوا ''فاعطاء لیلة القدر خیر من الف شھر ''پس آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو لیلتہ القدر عطا فرما دی گئی جو ہزار مہینوں سے افضل ہے۔

☆ حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی مجلس میں بنی اسرائیل کے ایک ایسے شخص کا تذکرہ کیا گیا جس نے ایک ہزار ماہ تک اللہ تعالیٰ کی راہ میں جہاد کیا تھا تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے تعجب فرمایا اور اپنی امت کے لئے آرزو کرتے ہوئے جب یہ دعا کی کہ اے میرے رب میری امت کے لوگوں کی عمر کم ہونے کی وجہ سے نیک اعمال بھی کم ہوں گے تو اس پر اللہ تعالیٰ نے شب قدر (لیلتہ القدر) عطاء فرمائی۔

☆ تفسیر ابن کثیر میں ابن ابی حاتم کے حوالہ سے ایک روایت درج کی گئی ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے بنی اسرائیل کے چار عابدوں کا ذکر فرمایا جنھوں نے اسی سال تک اللہ تعالیٰ کی عبادت کی تھی۔ ایک آنکھ جھپکنے کے برابر بھی اللہ تعالیٰ کی نافرمانی نہیں کی تھی حضرت ایوب، حضرت ذکریا، حضرت حزقیل بن عجوز، حضرت یوشع بن نون علیہم السلام، اس پر صحابہ کرام کو ان برگزیدہ ہستیوں پر رشک آیا اسی وقت جبرائیل علیہ السلام آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوئے اور عرض کی اے محمد صلی اللہ علیہ وسلم آپ کی امت کے لوگ ان سابقہ لوگوں کی اسی اسی سالہ عبادت پر رشک کر رہے ہیں تو آپ کے رب نے آپ کو اس سے بہتر عطاء فرما دیا ہے ''انا انزلنا فی لیلتہ القدر ''اس پر رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کا چہرہ مبارک فرط مسرت سے دمک گیا۔

کیا لیلتہ القدر پہلی امتوں میں بھی تھی

سورۃ لیلتہ القدر کی تفسیر میں علامہ عماد الدین ابن کثیر نے تحریر فرمایا کہ اس میں علماء کا اختلاف ہے کہ لیلتہ القدر اگلی امتوں میں بھی تھی یا صرف اسی امت کو خصوصیت کے ساتھ عطاء کی گئی ہے ایک حدیث میں تو یہ آیا ہے کہ آنحضرت صلی اللہ علیہ وسلم نے جب نظریں ڈالیں اور یہ معلوم کیا کہ اگلے لوگوں کی عمریں بہت زیادہ تھیں تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو خیال گزرا کہ میری امت کی عمریں ان کے مقابلہ میں کم ہیں تو نیکیاں بھی کم رہیں گی اور پھر درجات اور ثواب میں کمی رہے گی تو اللہ تعالیٰ نے آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو یہ رات عطا فرمائی اور اس کا ثواب ایک ہزار مہینے کی عبادت سے زیادہ دینے کا وعدہ فرمایا۔ اس حدیث سے تو یہ معلوم ہوتا ہے کہ صرف اسی امت کو یہ رات دی گئی ہے۔ بلکہ جمہور علماء کا یہی قول ہے۔ (تفسیر ابن کثیر)

لیلتہ القدر امت محمدیہ کو عطاء ہوئی

علمائے کرام لکھتے ہیں کہ لیلتہ القدر صرف امت محمدیہ ہی کو عطاء ہوئی اس سے قبل کسی امت کو ایسی شب نصیب نہ ہوئی۔

ع یہ بڑے کرم کے ہیں فیصلے یہ بڑے نصیب کی بات ہے

یقیناً خدائے عزوجل نے ختم الرسل کی امت پر خصوصی انعام فرمایا ہے حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا ''بلاشبہ اللہ تعالیٰ نے لیلتہ القدر میری امت ہی کو عطاء کی ہے اس سے پہلے کسی امت کو یہ نہیں ملی۔

(فضیلت کی راتیں بحوالہ کنز الاعمال)

رمضان کے آخری عشرہ میں

حضرت ابو سعید خدری رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے رمضان کے پہلے دس دن کا اعتکاف کیا ہم بھی آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے ساتھ معتکف تھے۔ پھر آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے پاس حضرت جبرئیل علیہ السلام آئے اور فرمایا جسے آپ

ڈھونڈتے ہیں وہ تو آگے ہے پھر آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے دس سے بیس دن کا اعتکاف کیا اور ہم نے بھی- پھر جبرئیل علیہ السلام آئے اور یہی فرمایا کہ جسے آپ ڈھونڈتے ہیں وہ تو ابھی آگے ہے یعنی لیلتہ القدر پس رمضان کی بیسویں تاریخ کی صبح نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے کھڑے ہو کر خطبہ فرمایا کہ میرے ساتھ اعتکاف کرنے والوں کو چاہیے کہ وہ پھر اعتکاف میں بیٹھ جائیں میں نے لیلتہ القدر دیکھ لی- لیکن میں بھول گیا- لیلتہ القدر آخری عشرہ کی طاق راتوں میں ہے- میں نے دیکھا ہے کہ گویا میں کیچڑ میں سجدہ کر رہا ہوں راوی حدیث فرماتے ہیں کہ مسجد نبوی کی چھت صرف کھجور کے پتوں کی تھی آسمان پر اس وقت ابر کا ایک چھوٹا سا ٹکڑا بھی نہ تھا پھر ابر اٹھا اور بارش ہوئی اور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کا خواب سچا ہوا اور میں نے خود دیکھا کہ نماز کے بعد آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی پیشانی پر تر مٹی لگی ہوئی تھی-
(تفسیر ابن کثیر بحوالہ بخاری و مسلم)

طاق راتوں میں تلاش کرو

☆ ام المومنین حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ لیلتہ القدر کو رمضان کے آخری عشرہ کی طاق راتوں میں (21-23-25-27-29) تلاش کرو- (بخاری و مسلم)

☆ حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ میں نے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کو یہ فرماتے ہوئے سنا تلاش کرو (تلاوت، نوافل اور ذکر کے ساتھ) لیلتہ القدر کو اکیسویں شب میں، تیسویں شب میں، پچیسویں شب میں ستائیسویں شب میں یا انتیسویں شب میں- (تجلیات رمضان بحوالہ ترمذی)

احادیث مذکورہ بالا میں کسی ایک رات کا تعین نہیں کیا گیا بلکہ آخری عشرہ کی پانچ راتوں میں نشان دہی کی گئی اس میں حکمت یہ ہے کہ صرف ایک ہی رات پر اکتفا نہ کیا جائے بلکہ تمام راتوں میں زیادہ سے زیادہ عبادات کی جاسکیں اور قرب الٰہی حاصل کیا جاسکے-

لیلتہ القدر کے متعین نہ ہونے میں حکمت

حضرت عبادہ بن صامت سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم ہمیں لیلتہ القدر کی خبر دینے کے لئے کہ فلاں رات لیلتہ القدر ہے نکلے- یہاں دو مسلمان آپس میں جھگڑ رہے تھے تو آپ نے فرمایا کہ تمہیں لیلتہ القدر لیکن فلاں فلاں کی لڑائی کی وجہ سے وہ اٹھالی گئی اور ممکن ہے اس میں تمہاری بہتری ہو- (تفسیر ابن کثیر)

لیلتہ القدر کا یہ راز کہ فلاں رات ہے انسانوں پر ظاہر نہیں کیا گیا کہ فلاں تاریخ شب قدر کے لئے مقرر ہے- اس میں بھی اللہ تعالیٰ کی طرف سے مصلحتیں اور حکمتیں پوشیدہ ہیں-

☆ اگر لیلتہ القدر کی تاریخ کا تعین کردیا جاتا یا اشارہ کردیا جاتا تو بہت سے کوتاہ طبائع دوسری راتوں میں عبادات کا اہتمام ترک کردیتے- اب ایسی صورت میں ہر شخص کو عبادت کرنے اور طلب معافی کا زیادہ موقع مل جاتا ہے جو یقیناً باعث خیر ہے-

☆ بہت سے لوگوں کی سرشت میں ہوتا ہے کہ وہ معاصی کیے بغیر نہیں رہ سکتے- لیلتہ القدر کی تاریخ کے تعین کی صورت میں اگر باوجود معلوم ہونے کے معصیت کی جرأت کی جاتی تو یہ بات سخت اندیشہ ناک تھی-

☆ تعین کی صورت میں اگر کسی شخص سے اپنی کسی نالائقی یا معذوری کے باعث رہ جاتی تو آئندہ راتوں میں مایوسی اور افسردگی ہونے کے باعث بشاشت کے ساتھ بیدار ہونا نصیب نہ ہوتا جبکہ عدم تعین کے باعث کئی راتوں کو جاگنے کی سعادت ہاتھ آجاتی ہے-

☆ جس قدر زیادہ راتیں طلب وتلاش میں صرف ہوتی ہیں ان سب کا مستقل ثواب علیحدہ ملتا ہے۔

☆ رمضان المبارک کی عبادت میں حق تعالیٰ شانہ ملائیکہ میں تفاخر فرماتے ہیں اس صورت میں تفاخر کا موقع زیادہ ہے کہ باوجود معلوم نہ ہونے کے محض احتمال پر رات رات جاگتے ہیں اور عبادت میں مشغول رہتے ہیں ان کے علاوہ اور بھی مصالح ہوسکتی ہیں۔

لیلتہ القدر کی علامات

لیلتہ القدر کی کچھ علامات کا تذکرہ احادیث مبارکہ میں موجود ہے جنہیں شامل مضمون کیا جارہا ہے۔

☆ حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ یہ ایک نرم، چمک دار رات ہے۔ نہ گرم نہ سرد اسکی صبح سورج کمزور اور سرخ طلوع ہوتا ہے۔
(فضیلت، کی راتیں بحوالہ شعب الایمان للبیہقی)

☆ مولانا نعیم الدین نے علامہ قرطبی رحمتہ اللہ علیہ کے حوالہ سے تحریر کیا ہے کہ ''حدیث میں آتا ہے کہ اس رات صبح روشن ہونے تک شیطان نہیں نکلتا نہ اسے کسی کے ساتھ فساد وفتنہ کرنے کی ہمت ہوتی ہے۔ اور نہ اس رات کسی جادوگر کا جادو چلتا ہے۔

☆ شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد زکریا رحمتہ اللہ فرماتے ہیں کہ مشائخ نے لکھا ہے کہ شب قدر میں ہر چیز سجدہ کرتی ہے حتیٰ کہ درخت زمین پر گر جاتے ہیں اور پھر اپنی جگہ کھڑے ہوجاتے ہیں (فضائل رمضان)

☆ حضرت شاہ عبدالعزیز رحمتہ اللہ علیہ تفسیر عزیزی میں لکھتے ہیں کہ صحیح روایات میں ہے کہ حضرت عثمان بن ابی العاص کا ایک غلام تھا کہ

سالہا سال جہازوں کی ملاحی کی تھی ایک روز ان سے کہنے لگا کہ دریا کے عجائبات میں ایک چیز میرے تجربہ میں ہے کہ میری عقل اس سے حیران ہے کہ دریائے شور کا پانی سال میں ایک رات میٹھا ہوجاتا ہے۔ حضرت عثمان بن ابی العاص رضی اللہ عنہ نے اس سے کہا جب وہ رات آئے تو مجھ کو خبر کرنا۔ دیکھوں تو وہ کون سی رات ہے اور کیا بزرگی رکھتی ہے اس غلام نے ستائیسویں رمضان المبارک کو کہا یہ وہی رات ہے۔

☆ حضرت عبدہ بن ابی لبابہ تابعی رحمتہ اللہ علیہ فرماتے ہیں میں نے رمضان المبارک کی ستائیسویں شب میں سمندر کا پانی چکھا تو وہ نہایت شیریں تھا۔

☆ حضرت یحییٰ بن ابی میسرہ فرماتے ہیں میں نے رمضان کی ستائیسویں شب میں بیت اللہ کا طواف کیا مجھے دکھائی دیا کہ فرشتے فضاء میں بیت اللہ کا طواف کررہے ہیں۔ (فضیلت کی راتیں)

ستائیسویں شب لیلتہ القدر

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہما نے تین دلائل دے کر رمضان المبارک کی ستائیسویں شب کو لیلتہ القدر قرار دیا۔

☆ لیلتہ القدر کے الفاظ نو (۹) حروف پر مشتمل ہیں اور یہ الفاظ اس سورہ مبارکہ میں تین دفعہ آتے ہیں جن کا مجموعہ ستائیس بنتا ہے۔

☆ سورۃ القدر کے کل تیس الفاظ ہیں جن کے ذریعے لیلتہ القدر کے بارے میں بیان کیا گیا ہے لیکن اس سورہ میں جس لفظ کے ساتھ اس رات کی طرف اشارہ کیا گیا ہے وہ ہی ضمیر ہے اور یہ لفظ اس سورہ کا ستائیسویں لفظ ہے۔

☆ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہما سے دریافت فرمایا تو انہوں نے ان الفاظ میں جواب دیا۔

اللہ تعالیٰ کو طاق عدد پسند ہے اور عددوں میں سے بھی سات کے عدد کو ترجیح حاصل ہے کیونکہ اللہ تعالیٰ اپنی کائنات کی تخلیق میں سات کے عدد کو نمایاں کر رہا ہے مثلاً آسمان سات، زمین سات ہفتہ کے دن سات، طواف کے چکر سات۔

علامہ قرطبی رحمتہ اللہ فرماتے ہیں کہ علماء کا لیلتہ القدر کے تعین میں اختلاف ہے لیکن اکثریت کی رائے یہی ہے کہ یہ رمضان المبارک کی ستائیسویں رات ہے۔

☆ حضرت معاویہ رضی اللہ عنہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ سے روایت کرتے ہیں کہ آپ نے لیلتہ القدر کے بارے میں فرمایا کہ وہ رمضان کی ستائیسویں شب ہے۔ (فضیلت کی راتیں بحوالہ ابوداود)

کیا لیلتہ القدر واقعی ستائیسویں شب ہے؟

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما فرماتے ہیں کہ ایک مرتبہ میں حضرت عمر رضی اللہ عنہ کی مجلس میں بیٹھا تھا اور دیگر صحابہ کرام بھی تشریف فرما تھے۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے ان سے (صحابہ کرام سے) سوال کیا کہ ’’رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ لیلتہ القدر کو رمضان کے آخری عشرے کی طاق راتوں میں تلاش کرو۔‘‘ تم لوگوں کا کیا خیال ہے کہ وہ کون سی رات ہو سکتی ہے؟ کسی نے کہا اکیسویں کسی نے کہا تئیسویں کسی نے کہا پچیسویں کسی نے کہا ستائیسویں میں خاموش بیٹھا تھا حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے فرمایا کہ بھئی تم بھی تو کچھ بولو۔ میں نے عرض کیا کہ جناب ہی نے تو فرمایا تھا کہ جب یہ بولیں تو تم نہ بولنا۔ آپ نے فرمایا بھئی تمہیں تو اسی لئے بلوایا گیا ہے کہ تم بھی کچھ بولو۔ میں نے عرض کیا کہ میں نے سنا ہے کہ اللہ تعالیٰ نے سات چیزوں کا ذکر فرمایا ہے چنانچہ سات آسمان پیدا فرمائے۔ سات زمینیں پیدا فرمائیں۔ انسان کی تخلیق سات درجات میں فرمائی۔ انسان کی غذا زمین سے سات چیزیں پیدا فرمائیں۔ (اسی لئے میری سمجھ میں تو یہ آتا ہے کہ لیلتہ القدر ستائیسویں شب ہوگی)۔

حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے فرمایا جو چیزیں تم نے ذکر کی ہیں ان کا تو ہمیں بھی علم ہے یہ بتلاؤ یہ جو تم کہہ رہے ہو انسان کی غذا زمین سے سات چیزیں پیدا فرمائیں وہ کیا ہیں؟ میں نے عرض کیا کہ وہ اللہ تعالیٰ کے اس ارشاد میں موجود ہیں۔

’’ہم نے عجیب طور پر زمین کو پھاڑا۔ پھر ہم نے اس میں غلہ اور انگور اور ترکاری اور زیتون اور کھجور اور گنجان باغ اور میوے اور چارہ پیدا کیا میں نے عرض کیا کہ حدائق سے مراد کھجوروں درختوں اور میووں کے گنجان باغ ہیں اور اب سے مراد زمین سے نکلنے والا چارہ ہے جو جانور کھاتے ہیں انسان نہیں۔

حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے اپنے ساتھیوں سے فرمایا تم سے وہ بات نہ ہو سکی جو اس بچے نے کہہ دی جس کے سر کے بال بھی ابھی مکمل نہیں ہوئے بخدا میرا بھی یہی خیال ہے جو یہ کہہ رہا ہے۔ (فضیلت کی راتیں بحوالہ شعب الایمان)

☆ حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما کی ایک دوسری روایت میں آتا ہے کہ آپ نے فرمایا۔

اللہ تعالیٰ نے سات زمینیں پیدا کی ہیں۔ سات آسماں پیدا کئے ہیں (ہفتہ کے) سات دن بنائے ہیں۔ زمانہ بھی سات میں دائر ہے انسان کی تخلیق سات درجات میں فرمائی۔ وہ سات زمینی چیزیں کھاتا ہے سات اعضاء پر سجدہ کرتا ہے۔ طواف کے چکر سات ہیں۔ شیطانوں کو سات سات کنکریاں ماری جاتی ہیں۔

☆ درمنثور کی روایت میں آپ سے یہ بھی منقول ہے کہ اللہ تعالیٰ نے سبع مثانی عطا فرمائے یعنی سورہ فاتحہ جس کی سات آیات ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے قرآن میں میراث میں بھی سات اشخاص کے حصے فرمائے ہیں۔ صفا و مروہ کے چکر بھی سات رکھے ہیں۔

☆ حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما سے یہ بھی مروی ہے کہ لفظ ’’لیلتہ القدر‘‘ میں کل نو حرف ہیں اور یہ سورۃ القدر میں تین مرتبہ آیا ہے اگر نو کو تین سے ضرب دیں تو مجموعہ ستائیس بنتا ہے۔

اس سے ثابت ہوتا ہے کہ لیلتہ اقدر ستائیسویں شب ہی ہے۔

لیلتہ القدر کیسے گزاری جائے؟

لیلتہ القدر میں شب بیداری اور پھر اس میں کی جانے والی عبادات کے لئے کوئی خاص طریقہ اور خاص عبادات مقرر نہیں۔ جس طرح بھی اللہ رب العزت کی حمد و ثناء کی

جائے اس میں خصوصی توجہ، لگن اور انہاک کا ہونا ضروری ہے بزرگوں سے سنا ہے کہ رات کو تین حصوں میں منقسم کرلیا جائے اس کے ایک حصہ میں نوافل پڑھیں اک حصہ تلاوت قرآن مجید کے لئے مقرر کرلیں اور تیسرا حصہ استغفار، درود شریف، ذکر اللہ اور دعا میں گزاریں اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے-

"اتل مآ اوحی الیک من الکتاب و اقم الصلوۃ ان الصلوۃ تنھی عن الفحشآء و المنکر و لذکر اللہ اکبر"

جو کتاب آپ پر وحی کی گئی آپ اس کو پڑھا کیجئے- نماز کی پابندی رکھیے بے شک نماز بے حیائی اور ناشائستہ کاموں سے روکتی رہتی ہے اور اللہ کی یاد بہت بڑی چیز ہے-

آیت مذکورہ بالا میں بھی نماز، تلاوت کلام اللہ اور ذکر اللہ کو ایک جگہ ذکر فرمایا گیا-

حضرت شاہ عبدالعزیز صاحب قدس اللہ سرہ نے حضرت علی کرم اللہ وجہہ کو خواب میں دیکھا تو دریافت فرمایا کہ اب بزرگوں کی نسبت میں وہ کیفیت نہیں ہوتی جو پہلے بزرگوں کی نسبت میں تھی اس کی کیا وجہ ہے؟ حضرت علی رضی اللہ عنہ نے فرمایا پہلے بزرگ تین چیزوں کی پابندی فرماتے تھے کثرت نوافل، کثرت تلاوت اور کثرت ذکر اللہ، اب اس زمانے میں ذکر اللہ کی کثرت کا تو بزرگوں کو کچھ خیال ہے مگر تلاوت اور نوافل کی کثرت کا اہتمام کم ہوگیا ہے الانادراً اس لئے نسبت مع اللہ کی کیفیت میں بھی فرق آ گیا ہے-

کیا لیلتہ القدر میں تمام رات جاگنا ضروری ہے؟

حضرت مولانا اشرف علی تھانوی رحمتہ اللہ علیہ ارشاد فرماتے ہیں کہ ایک بات قابل تنبیہ یہ ہے کہ شب قدر میں تمام رات جاگنا ضروری نہیں بعض لوگ یوں سمجھتے ہیں کہ شب قدر میں تمام رات جاگنا ضروری ہے جبھی اس کی فضیلت حاصل ہوتی ہے اور کہتے ہیں کہ شب قدر ایک خاص وقت کا نام ہے جس میں تجلی ہوتی ہے یہ صحیح نہیں بلکہ تمام رات کا ہر حصہ شب قدر ہے- چنانچہ قرآن میں ہے ھی حتی مطلع الفجر اور جو حدیث میں آتا ہے من حرمھا فقد حرم الخیر کلہ' وہ بھی ہماری ہی دلیل ہے کیونکہ محروم ہونا یہ ہے کہ کچھ نہ ملے اور اگر کچھ مل جائے تو وہ محروم نہیں جیسے سائل کو ایک روپیہ یا ایک پیسہ ہی مل

جائے تو اس کو محروم نہیں کہہ سکتے - پس اگر کوئی شخص تمام رات نہ جاگے بلکہ سحری ہی میں اٹھ کر صبح سے پہلے دو رکعت نماز پڑھ لے اس نے بھی شب قدر کی فضیلت حاصل کرلی وہ محروم نہیں ہوا چنانچہ شامی نے امداد سے ایک قول یہ بھی نقل کیا ہے-

وقیل بساعۃ منہ اور جو ہمت کر کے زیادہ جاگے بے شک اس کو زیادہ فضیلت حاصل ہوگی لیکن احیاء لیل کے لئے تمام رات جاگنا ضروری نہیں بلکہ بعض کو تو ساری رات جاگنا ممنوع ہے جن کو اس سے اپنے بیمار ہونے کا اندیشہ ہو بلکہ کتب میں ہے کئی بزرگوں کا یہ طریقہ رہا ہے کہ وہ رات دو بجے کے بعد بیدار ہوتے اور پھر عبادت میں مشغول ہو جاتے-

لیلتہ القدر کی دعا

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے میں نے عرض کیا کہ مجھے بتایئے کہ اگر مجھے معلوم ہو جائے کہ کون سی رات لیلتہ القدر ہے تو میں اس رات اللہ تعالیٰ سے کیا عرض کروں اور کیا دعا مانگوں آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا

اللھم انک عفو کریم تحب العفو فاعف عنی

اے اللہ آپ معاف فرمانے والے ہیں اور کریم ہیں- معاف کرنے والے کو پسند فرماتے ہیں مجھے بھی معاف فرما دے- (اسوہ رسول اکرم بحوالہ معارف الحدیث)

مذکورہ بالا دعا کے الفاظ اور مفہوم پہ غور فرمائیں کہ کیسی جامع دعا ہے جس میں نہ تو دنیاوی آسائشوں اور مال و دولت کی ترغیب دی گئی اور نہ ہی زرزمین مانگنے کا فرمایا بلکہ معافی کی تلقین فرمائی کیونکہ آخرت میں اللہ تعالیٰ کی معافی کے بغیر ہر چیز بے مقصد ہے- ایک اور حدیث مبارکہ میں ارشاد ہوا-

من قام لیلتہ القدر ایمانا و احتسابا غفرلہ ما تقدم من ذنبہ-

جو شخص لیلتہ القدر میں ایمان کے ساتھ اور ثواب کی نیت سے (عبادت کے لئے) کھڑا رہا اس کے پچھلے تمام گناہ معاف کر دیئے جاتے ہیں-

کھڑا ہونے کا مفہوم محض رضائے الٰہی اور ثواب کے حصول کے لئے خلوص اور صدق دل سے بغیر کسی ریاکاری اور دکھاوے کے مشغول عبادت رہنا ہے- یعنی نماز نوافل

اور توبہ واستغفار کی کثرت کے علاوہ مذکورہ بالا دعا بھی بکثرت پڑھی جائے۔

لیلۃ القدر سے محرومی

حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ ایک مرتبہ رمضان المبارک کی آمد پر نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا یہ جو ماہ تم پر آیا ہے اس میں ایک ایسی رات ہے جو ہزار ماہ سے افضل ہے۔ جو شخص اس رات سے محروم رہ گیا گویا وہ سارے خیر سے محروم رہا اور اس رات کی بھلائی سے وہی شخص محروم رہ سکتا ہے جو واقعتاً محروم ہو۔ (مشکوۃ شریف، سنن ابن ماجہ)

بے شک بدنصیب ہے وہ شخص جسے اللہ تعالیٰ نے صحت دی ہو اور وہ شب بھر عبادت کرنے کی استطاعت بھی رکھتا ہو اور وہ اس رات کی تلاش کے لیے کوشش نہ کرے اور معمولی غفلت کی وجہ سے تراسی سال کی عبادت سے افضل عبادت کے لئے چند راتیں نہ جاگ سکے

مفسرین کرام لکھتے ہیں کہ پہلی امتوں میں عابد ایسے شخص کو قرار دیا جاتا تھا جو ہزار ماہ تک اللہ جل جلالہ کی عبادت کرتا تھا۔ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی امت پر کتنا بڑا احسان ہوا اور فضیلت حاصل ہوئی کہ وہ ایک رات کی عبادت سے اس سے بہتر مقام حاصل کر لیتی ہے۔

فضائل لیلۃ القدر

گذشتہ گناہ معاف

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جو شخص لیلۃ القدر میں ایمان کے ساتھ اور ثواب کی نیت سے عبادت کے لئے کھڑا ہوتا ہے اس کے گذشتہ تمام گناہ معاف کر دیئے جاتے ہیں۔ (صحیح بخاری۔ صحیح مسلم)

فرشتے درود وسلام پہنچاتے ہیں

حضرت انس رضی اللہ عنہ کی ایک روایت ہے کہ حضرت جبرئیل علیہ السلام (خدا کے حکم سے) فرشتوں کی ایک جماعت کے ساتھ لیلۃ القدر میں اترتے ہیں اور ہر بندہ جو تلاوت، ذکر، یا نماز میں ہوتا ہے اسکو اللہ تعالیٰ کی طرف سے درود وسلام پہنچاتے ہیں۔ (بیہقی)

لاتعداد ملائیکہ کا نزول

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا لیلۃ القدر میں فرشتے زمین پر کنکروں کے شمار سے زیادہ ہوتے ہیں (سنن ابوداود)

حضرت جبرئیل علیہ السلام مصافحہ کرتے ہیں

شب قدر میں زمین پر نزول ملائکہ کے بارہ میں ایک طویل حدیث حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ

’’جب لیلۃ القدر کی شب ہوتی ہے تو اللہ تعالیٰ جبرئیل علیہ السلام کو حکم دیتے ہیں چنانچہ وہ ملائیکہ کے جھرمٹ میں زمین کی طرف اترتے ہیں ان ملائیکہ کے پاس سبز جھنڈے ہوتے ہیں جو بیت اللہ کی چھت پر گاڑ دیتے ہیں۔ جبرئیل امین کے سو پر (100 Wings) ہیں جن میں سے وہ دو پر صرف اسی رات کھولتے ہیں۔ وہ دو پر مشرق اور مغرب سے تجاوز کر جاتے ہیں۔ جبرئیل امین اس رات فرشتوں کو ابھارتے ہیں چنانچہ وہ فرشتے ہر اس بندے سے سلام کرتے ہیں جو کھڑا ہو یا بیٹھا ہو نماز پڑھ رہا ہو یا ذکر میں مشغول ہو اور ان لوگوں سے مصافحہ کرتے ہیں اور ان کی دعاؤں پر آمین کہتے ہیں یہاں تک کہ صبح ہو جاتی ہے تو جبرئیل امین فرشتوں کو آواز دے کر کہتے ہیں کہ بس اب چلو فرشتے عرض کرتے ہیں کہ اے جبرئیل اللہ تعالیٰ نے (امت محمدیہ کے) مومنوں کی ضروریات کے بارے میں کیا فیصلہ فرمایا ہے؟ جبرئیل امین کہتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ نے انہیں نظر رحمت سے دیکھتے ہوئے ان سے درگزر فرما کر انہیں بخش دیا ہے۔ سوائے چار اشخاص کے۔ صحابہ کرام کہتے ہیں کہ ہم نے دریافت کیا یا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم وہ چار اشخاص کون ہیں آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا عادی شراب خور۔ والدین کا نافرمان رشتے ناطے توڑنے والا اور مشاحن۔ ہم نے عرض کیا یا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم مشاحن سے کون مراد ہے؟ فرمایا مصادم یعنی کینہ ور۔ (فضیلت کی راتیں بحوالہ بیہقی)

اللہ تعالیٰ فرشتوں کے سامنے فخر کرتے ہیں

حضرتِ انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جب شب قدر ہوتی ہے تو جبرئیل علیہ السلام فرشتوں کے جھرمٹ میں نازل ہوتے ہیں اور ہر اس بندے کے لئے دعائے رحمت کرتے ہیں جو کھڑا یا بیٹھا اللہ کے ذکر اور عبادت میں مشغول ہوتا ہے اور جب عید الفطر کا دن ہوتا ہے تو اللہ جل شانہ اپنے فرشتوں کے سامنے اپنے بندوں کی عبادت پر فخر کرتے ہیں اور ان سے دریافت فرماتے ہیں کہ اے فرشتوں اس مزدور کا جو اپنی خدمت پوری پوری کردے اس کا کیا بدلہ ہے؟ وہ عرض کرتے ہیں کہ اے ہمارے رب اس کا بدلہ یہی ہے کہ اس کی اجرت پوری دے دی جائے تو ارشاد ہوتا ہے- فرشتوں میرے غلاموں نے اور باندیوں نے میرے فریضہ کو پورا کر دیا پھر دعا کے ساتھ چلاتے ہوئے (عیدگاہ کی طرف) نکلے ہیں- میری عزت کی قسم، میرے جلال کی قسم، میری بخشش کی قسم، میرے غلوشان کی قسم، میرے بلند مرتبے کی قسم، میں ان لوگوں کی دعا ضرور قبول کروں گا پھر ان لوگوں کو خطاب فرما کر ارشاد ہوتا ہے کہ جاؤ تمہارے گناہ معاف کر دیئے ہیں اور تمہاری برائیوں کو نیکیوں سے بدل دیا ہے پس یہ لوگ عیدگاہ سے ایسے حال میں لوٹتے ہیں کہ ان کے گناہ معاف ہو چکے ہوتے ہیں- (فضیلت کی راتیں بحوالہ مشکوۃ شریف)

جب رمضان کا آخری عشرہ شروع ہوتا تو نبی اکرمؐ کمر کس لیتے اور شب بیداری کرتے اور اپنے گھر والوں کو بھی جگا دیتے- (بخاری-مسلم)

آخری عشرہ رمضان

آخری عشرہ کی فضیلت

اعتکاف

آخری عشرہ

آخری عشرہ کی عبادات

جس طرح ماہ رمضان کو دوسرے مہینوں پر فضیلت کے اعتبار سے فوقیت ہے اسی ہی طرح رمضان المبارک کے آخری عشرہ کو پہلے دونوں عشروں پر فضیلت حاصل ہے اور احادیث کی رو سے لیلتہ القدر آخری عشرے میں نہاں ہے اس لئے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم آخری عشرے میں عبادات کا اہتمام اور زیادہ فرماتے اور دوسروں کو بھی اس کی ترغیب دیتے تھے۔

☆ حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم رمضان کے آخری عشرہ میں عبادت وغیرہ میں وہ مجاہدہ کرتے اور وہ مشقت اٹھاتے جو دوسرے دنوں میں نہیں کرتے تھے۔ (معارف الحدیث بحوالہ صحیح مسلم)

☆ حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا ہی سے روایت ہے جب رمضان کا عشرہ اخیرہ شروع ہوتا تو رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کمر کس لیتے اور شب بیداری کرتے اور اپنے گھر کے لوگوں کو بھی جگا دیتے۔

(معارف الحدیث بحوالہ بخاری ومسلم)

شب قدر زیادہ تر عشرہ اخیرہ کی طاق راتوں (اکیسویں، تئیسویں، پچیسویں ستائیسویں یا انتیسویں) میں سے کوئی ایک رات ہوتی ہے۔ مگر یہ کہیں وضاحت نہیں کہ لیلتہ القدر فلاں رات میں ہے۔ لیلتہ القدر کو اس عشرہ میں پوشیدہ رکھنے کا فلسفہ یہ ہے کہ اگر یہ بتا دیا جاتا تو لوگ صرف اسی شب ہی عبادت کا خاص اہتمام کرتے اب چونکہ رات کا تعین نہیں

ہے اس لئے پورا عشرہ پورے انہماک اور خصوصی اہتمام سے عبادات کی جاتی ہیں قرآن حکیم میں ارشاد ہوا کہ قرآن مجید شب قدر میں نازل ہوا اور ایک اور جگہ فرمایا گیا کہ تنزیل قرآن رمضان میں ہوئی۔ اس سے اشارہ ملا کہ وہ شب قدر رمضان کی راتوں میں سے کوئی رات ہے۔

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے نشان دہی کے طور پر فرمایا کہ رمضان کے آخری عشرہ کی طاق راتوں میں اس کا غالب گمان ہے لہٰذا ان راتوں کا زیادہ اہتمام کیا جائے۔

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم رمضان کے آخری عشرہ میں خود بھی بہت زیادہ محنت اور کوشش فرماتے شب بھر بیدار رہتے اور اپنے گھر والوں کو بھی عبادات اور محنت کیلئے شب بھر جگاتے تھے چونکہ آپؐ جو اپنے لئے پسند فرماتے تھے وہی اپنے اہل وعیال کے لئے بھی۔ حضور صلی اللہ علیہ وسلم راتوں کو نماز میں اس قدر قیام فرماتے تھے کہ قدم مبارک متورم ہو جاتے اور رمضان المبارک میں اس سے کہیں زیادہ عبادات میں اضافہ فرما دیتے بالخصوص آخری عشرہ میں کیونکہ تیسرا عشرہ آخرت کی کمائی کا خاص موقع ہے اس لئے آپؐ کی کوشش ہوتی تھی کہ اہل خانہ بھی عبادات میں لگیں اور زیادہ سے زیادہ استفاضہ کریں۔

اعتکاف

ماہ صیام کے تیسرے عشرہ کی خصوصی عبادات میں سے اعتکاف بھی ایک اہم عبادت ہے یہ مبارک عمل نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی سنت مؤکدہ ہے اعتکاف کا لفظ عکوف سے مشتق ہے جس کا لغوی معنی کسی جگہ ٹھہرنا جانا، بند ہونا، لازم ہونا اور کسی چیز کو لازم پکڑنا وغیرہ ہے۔ شریعت اسلامیہ میں اعتکاف سے مراد تقرب الٰہی کی نیت سے مسجد کو لازم پکڑنا اور اس میں اقامت گزیں ہونا۔ یعنی اسلامی اصطلاح میں اس کا مفہوم یہ ہے کہ کوئی شخص تمام دنیاوی دھندوں اور مشاغل کو نظر انداز کرتے ہوئے خلوص نیت سے محض عبادات کے نظریہ سے ایک خاص مدت کے لئے کسی مسجد کا کوئی گوشہ اپنے لئے مختص کرے اور اس میں اقامت گزیں ہو جائے تا کہ خلوت میں اپنے آپ کو توبہ اور عبادات کرنے نیز دین سیکھنے کے لئے مخصوص کر دے۔

اعتکاف کی شرعی حیثیت

☆ حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم رمضان کے آخری عشرہ میں اعتکاف فرمایا کرتے تھے ایک سال (کسی سفر کی وجہ سے) اعتکاف نہ کیا تو جب آئیندہ سال رمضان آیا تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے بیس دن کا اعتکاف کیا۔

(صحیح بخاری-مسلم ومشکوۃ)

☆ حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم رمضان کے آخری عشرہ میں اعتکاف کیا کرتے تھے یہاں تک کہ اللہ تعالیٰ نے انہیں فوت کر دیا۔ پھر آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے بعد آپ کی بیویوں نے اعتکاف کیا۔

شرائط اعتکاف

اعتکاف کے لئے تین چیزیں ضروری ہیں۔

☆ ایسی مسجد میں اعتکاف کیا جائے جہاں نماز پنجگانہ با جماعت کا اہتمام کیا جاتا ہو۔

☆ نیت اعتکاف کرنا یعنی مسجد میں داخل ہو کر اعتکاف کی نیت کرنا کیونکہ بلا ارادہ اعتکاف مسجد میں ٹھہرنے سے اعتکاف نہ ہوگا۔

☆ نیت کے علاوہ مسلمان اور عاقل ہونا ضروری ہے۔

درجات اعتکاف

سب سے افضل وہ اعتکاف ہے جو مسجد حرام یعنی کعبہ مکرمہ میں کیا جائے۔
اس کے بعد مسجد نبوی صلی اللہ علیہ وسلم پھر مسجد بیت المقدس کا درجہ ہے۔
ان کے بعد ایسی مسجد جہاں با قاعدگی سے نماز پنجگانہ اور نماز جمعہ کیلئے جماعت کا انتظام ہو۔اس کے بعد محلّہ کی وہ مسجد جس میں جماعت زیادہ ہوتی ہو۔

اقسام اعتکاف

اعتکاف کی تین اقسام ہیں۔(1) واجب (2) مسنون اور بعض کے قریب مستحب بھی ہے کہ اس کے لئے نہ روزہ شرط ہے اور نہ ہی کوئی مقدار مقرر ہے بلکہ جب چاہیں اور جتنا وقت چاہیں اعتکاف کر سکتے ہیں۔

واجب اعتکاف

واجب اعتکاف سے مراد ایسا اعتکاف جو نذر و سنت مان کر اپنے اوپر لازم کر لیا جائے مثلاً کوئی مسلمان یوں کہے کہ اگر میرا فلاں کام ہو گیا تو اتنے دنوں کا اعتکاف کروں گا (اسے نذر معلق کہتے ہیں) یا صرف یوں ہی کہے کہ میں اللہ کے واسطے اتنے دنوں کا اعتکاف کروں گا (اسے نذر مطلق کہتے ہیں) تو اس کا ادا کرنا ضروری ہوتا ہے۔ جیسا کہ سورۃ الحج (۲۹) میں ارشاد ہوا۔

ولیو قوا نذو رھم   اور اپنی نذر کو پورا کرو

حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ سے روایت ہے کہ حضرت عمرؓ نے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم سے دریافت کیا کہ میں نے زمانہ جاہلیت میں نذر مانی تھی کہ میں مسجد حرام میں اعتکاف کروں گا کیا اب نذر پوری کروں تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا اپنی نذر پوری کرو۔

(مشکوہ شریف)

مسنون اعتکاف

مسنون اعتکاف سے مراد رمضان کے دوسرے عشرہ کی تکمیل اور تیسرے عشرہ کی تاسیس کے وقت سے لے کر اختتام رمضان (آخری عشرہ کامل) اللہ کی خوشنودی کی غرض سے مسجد میں معتکف ہو جانا اعتکاف مسنون کہلاتا ہے۔

مستحب اعتکاف

رمضان المبارک کے آخری عشرہ کے سوا کسی اور زمانہ میں خواہ وہ رمضان کا پہلا یا دوسرا عشرہ ہو یا پھر غیر رمضان میں کوئی بھی مہینہ ہو اس میں کئے جانے والے اعتکاف کو مستحب اعتکاف سے تعبیر کیا جاتا ہے۔ مستحب اعتکاف میں بھی احتیاط یہ ہے کہ روزہ شرط ہے۔

مقصود اعتکاف

اعتکاف رمضان کے فوائد اور مقاصد کی تکمیل کے لئے ہے اگر روزہ دار کو رمضان کے پہلے حصے میں وہ سکون قلب، جمعیت باطنی فکر و خیال کی مرکزیت انقطاع الی اللہ کی دولت۔ رجوع الی اللہ کی حقیقت اور اس کے در رحمت پر پڑے رہنے کی سعادت حاصل نہیں ہو سکی تو اس اعتکاف کے ذریعے وہ اس کا تدارک کر سکتا ہے۔

☆ علامہ ابن قیم رحمۃ اللہ علیہ لکھتے ہیں

''اعتکاف کی روح اور اس سے مقصود یہ ہے کہ قلب اللہ تعالیٰ کے ساتھ وابستہ ہو جائے اس کے ساتھ جمعیت باطنی حاصل ہو۔ اشتغال بالخلق سے رہائی نصیب ہو اور اشتغال بالحق کی نعمت میسر آئے اور یہ حال ہو جائے کہ تمام افکار و ترددات اور ہموم و وساوس کی جگہ اللہ کا ذکر اور اس کی محبت لے لے۔ ہر فکر اس کی فکر میں ڈھل جائے اور ہر احساس و خیال اس کے ذکر و فکر اور اسکی رضا و قرب کے حصول کی کوشش کے ساتھ ہم آہنگ ہو جائے۔ مخلوق سے انس کی بجائے اللہ سے انس پیدا ہو اور قبر کی وحشت میں جب کوئی اس کا غمخوار نہ ہوگا یہ اس کا زاد سفر بنے یہ ہے اعتکاف کا مقصد جو رمضان کے افضل ترین دنوں یعنی رمضان کے آخری عشرہ کے ساتھ مخصوص ہے۔
(زادالمعیاد)

☆ حضرت شاہ ولی اللہ فرماتے ہیں۔

''چونکہ مسجد میں اعتکاف جمعیت خاطر، صفائی قلب، ملائکہ سے تشبہ

اور شب قدر کے حصول کا ذریعہ نیز طاقت و عبادت کا بہترین موقع ہے اس لئے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے اس کو عشرہ اواخر میں رکھا ہے اور اپنی امت کے محسنین و صالحین کے لئے اسکو سنت قرار دیا ہے۔ (حجۃ البالغہ)

☆ حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم رمضان کے آخری عشرہ میں برابر اعتکاف فرماتے تھے یہاں تک کہ آپ نے انتقال فرمایا پھر آپ کے بعد آپ کی ازواج نے اعتکاف کا معمول قائم رکھا۔

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم ہر رمضان میں دس دن اعتکاف فرماتے تھے جس سال آپؐ نے انتقال فرمایا اس سال آپ نے بیس دن کا اعتکاف فرمایا۔ (صحیح بخاری)

حقیقت اعتکاف

اعتکاف کی حقیقت خلوت نشینی ہے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی امت پر خدائے رحیم کا خاص کرم ہے کہ وصال حق کی وہ منزل جو سابقہ امتوں کی زندگی بھر کی مشقتوں اور ریاضتوں کے نتیجے میں حاصل نہیں ہو سکتی تھی محض چند یوم کی خلوت نشینی سے میسر آ سکتی ہے۔ اس ماہ رحمت میں خلوت نشینی کے اس تصور کو ایک باقاعدہ ضابطے کے تحت اعتکاف کی صورت میں متعین کر دیا گیا۔ تا کہ سال بھر علائق دنیوی میں ملوث رہنے والا انسان چند روز کے لئے اپنے نفس کو اپنے تابع کرنے میں کامراں ہو سکے نیز کثرت ذکر الٰہی اور ریاضت و مجاہدہ کے ذریعے تصفیہ و تنقیہ باطنی کر کے لمحات خلوت کو قیمتی بنا سکے۔

حالت اعتکاف میں چند روز کے لئے کار حیات یا دنیوی جھنجھٹوں سے اپنے آپ کو الگ کر کے نہ صرف گوشہ نشیں ہو جائے۔ بلکہ ایک محدود عرصہ کے لئے خلوت گزیں ہو کر اللہ کے ساتھ اپنے تعلق بندگی کی تجدید کرے۔ اپنے من کو آلائش نفسانی سے علیحدہ کر کے اپنے معبود کے ذکر سے اپنے دل کی دنیا منور کرے۔ مخلوق سے آنکھیں بند کر کے اپنے خالق کی طرف طبعی میلان و رجحان پیدا کرے۔ انسان دنیا و مافیھا سے الگ تھلگ ہو

کرصرف اپنے خالق کے ساتھ قلبی تعلق جوڑ لیتا ہے تو اس کے یہ چند ایام سالہا سال کی عبادات اور محنت ومشقت پر بھاری قرار پاتے ہیں۔

اور پھر کوشش اور نیت یہی ہو کہ صرف انہی مخصوص ایام میں ہی خصوصی عبادات کا اہتمام نہ ہو بلکہ انہیں شعار حیات بنالیں اور مقصود اصلاح نفس ہو۔ اگر انسان کثرت ذکرو فکر، عبادت وریاضت اور گریہ وزاری کے ساتھ ساتھ محاسبہ نفس کی راہ پر استقامت سے چل نکلے تو دنیوی معاملات بھی رضائے الٰہی کے مطابق بطریق احسن گزار سکتا ہے قرآن حکیم میں ارشاد ہوا۔

''اللہ کے بندے ایسے بھی ہوتے ہیں کہ جنھیں تجارت اور خرید وفروخت ذکر الٰہی سے غافل نہیں کرسکتی۔'' (سورۃ النور)

جب ایسے شخص کا ظاہر مخلوق کے ساتھ ہوتا ہے اور باطن خالق حقیقی کے ساتھ ہو اور یہ کیفیت جب پیدا ہو جائے تو سمجھ لیں کہ انسان خصائل نفس سے جدا ہوگیا علامہ طاہر القادری نے ایک حکایت لکھی ہے کہ ایک مرتبہ ایک خلوت گزیں درویش سے کسی نے گوشہ نشینی کی وجہ دریافت کی تو انہوں نے بتایا کہ میرے پاس ایک کتا ہے جو نہایت خطرناک ہے میں اس کے شر سے لوگوں کو بچانے کے لئے خلوت نشیں ہوگیا ہوں پوچھا گیا وہ کتا کہاں ہے؟ فرمایا میرا نفس۔

معتکف کی مختلف مثالیں

معتکف اہل اللہ میں سے

معتکف سوالی بن کر در رب پر پڑا رہنے والا ہے چونکہ اللہ رب العزت کو ایسا شخص بہت عزیز ہے جو اللہ کے در پر پڑا رہے اور اپنی حاجات کیلئے اپنے رب سے مانگتا رہے اور پھر معتکف کی وجہ سے اللہ کا گھر آباد ہوتا ہے حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد گرامی ہے کہ اللہ کے گھر (مساجد) کے بسانے والے اہل اللہ ہوتے ہیں۔ چونکہ معتکف بھی اللہ تعالیٰ کا گھر آباد رکھتا ہے اس لئے وہ بھی اہل اللہ سے ہوتا ہے۔

مسجد میں بسیرا کرنے والا

جس طرح پرندہ اپنے گھونسلے میں بسیرا کرتا ہے اسی ہی طرح معتکف مسجد میں بسیرا کرلیتا ہے اس کا سونا، جاگنا، کھانا پینا مسجد ہی میں ہوتا ہے اور وہ سب عبادت ہے اور اللہ کی ذات سے قبولیت ادعیہ کا امیدوار ہوتا ہے اور اسے یقین کامل ہوتا ہے کہ رب کریم اسے محروم نہیں فرمائیں گے کیونکہ اللہ تعالیٰ خود فرماتے ہیں کہ ''ہے کوئی مبتلائے درد ومرض ہم اس کو عافیت دے دیں۔''

اور پھر یقین کامل کے ساتھ ہر وقت مانگتے رہنا چاہئے کہیں دل میں یہ خیال نہ لائیں کہ نہ جانے ہماری دعائیں قبول ہوتی ہیں یا نہیں۔

فرمان الٰہی ہے کہ

''یقیناً اللہ کا وعدہ سچا ہے سو تم کو حیات دنیا دھوکے میں نہ رکھ دے اور کوئی دھوکے باز (شیطان) تم کو اللہ تعالیٰ کی باتوں سے دھوکے میں نہ رکھ دے (کہ تم احکام خداوندی سے غافل ہو جاؤ اور مانگنا۔ امید رکھنا ترک کردو) دعا کیے جاؤ یقیناً قبول ہوگی۔

☆ حضرت عطا خراسانی فرماتے ہیں کہ معتکف کی مثال بالکل ایسی ہے جیسے اس نے اللہ کی چوکھٹ پر سر رکھ دیا ہے اور یوں کہہ رہا ہے کہ جب تک آپ میری بخشش نہ فرمائیں گے میں سر نہ اٹھاؤں گا۔

مفسدات اعتکاف

وہ امور جن سے اعتکاف فاسد ہو جاتا ہے۔

☆ ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ ''اور تم مسجدوں میں معتکف ہو تو عورتوں سے مباشرت نہ کرو یہ اللہ کی باندھی ہوئی حدیں ہیں ان کے قریب نہ پھٹکنا۔ (سورۃ البقرہ ۱۸۷)

مرد وزن کا جنسی سنجوگ خواہ عمداً ہو یا بھول کر۔ دن کو یا رات کو اعتکاف کو باطل کردیتا ہے۔

☆ محرکات جماع کا ارتکاب مثلاً شہوت کے ساتھ بوس وکنار اور لپٹنا چمٹنا وغیرہ ان امور سے جب انزال نہ ہوا اعتکاف باطل نہیں ہوتا

لیکن معتکف کے لئے شہوت کے ساتھ ایسی باتیں کرنا جو محرک جماع ہوں حرام ہے۔

☆ معمول کے انداز میں ہاتھ لگانے یا جسم کو چھونے سے اعتکاف باطل نہیں ہوتا۔ ام المومنین حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا بیان فرماتی ہیں کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم حالت اعتکاف میں اپنا سر مبارک میرے قریب کر دیا کرتے تھے اور میں اس میں کنگھی کر دیتی تھی۔ (صحیح بخاری ومسلم)

☆ امام ابو حنیفہ رحمتہ اللہ علیہ اور امام احمد بن حنبل رحمتہ اللہ علیہ کے نزدیک حالت اعتکاف میں شہوت کے ساتھ بوسہ لینا یا چھونا حرام ضرور ہے لیکن جب تک انزال نہ ہو ان باتوں سے اعتکاف باطل نہیں ہوتا۔

☆ اگر دیکھنے یا شہوت انگیز باتیں سوچنے کے نتیجہ میں انزال ہو جائے تو جمہور علماء کے نزدیک اعتکاف باطل نہیں ہوتا۔

☆ دن کے وقت یا رات کے وقت سونے میں احتلام ہو گیا تو اعتکاف باطل نہیں ہوا۔

مسائل اعتکاف

طبعی حاجات

ایسے امور جن کا کرنا انسان کی فطری مجبوری ہے اور وہ حدود مسجد میں نہیں کئے جا سکتے۔ مثلاً پیشاب، پاخانہ، طہارت غسل وغیرہ ایسے طبعی امور کی ادائیگی اور حاجات کو پورا کرنے کی غرض سے معتکف حضرات کے لئے چند ضروری مسائل۔

☆ پیشاب وغیرہ کرنے کے لئے مسجد کے قریب ترین مقام پر جانا چاہئے (بعض جگہوں پر مسجد میں انتظام نہیں ہوتا) اگر بیت الخلا یا طہارت خانہ مسجد کے ساتھ بنا ہوا ہے تو وہیں جانا چاہیے اور کہیں جانا درست نہیں لیکن اگر کسی شخص کے لئے اپنے گھر کے سوا کسی اور جگہ جانا ممکن نہ ہو یا کسی تکلیف کے باعث کسی دشواری کا سامنا ہو تو اس وقت کے پیش نظر وہ اپنی اس حاجت کے لئے اپنے گھر چلا جائے چاہے گھر دور ہی کیوں نہ ہو۔

اگر کوئی معتکف مسجد میں سہولت موجود ہونے کے باوجود اسے چھوڑ کر اپنے گھر چلا جائے تو بعض علماء کے نزدیک اس کا اعتکاف ٹوٹ جائے گا (امداد مسائل الصوم، بحوالہ شامی)

☆ بعض مساجد کے ساتھ بیت الخلا نہیں ہوتا اگر مسجد کے ساتھ یہ سہولت موجود نہ ہو تو معتکف کا اپنے گھر جانا جائز ہے۔

☆ اگر کسی شخص کے دو گھر ہوں تو اسے چاہیے کہ وہ قریب والے مکان میں جا کر اپنے تقاضے پورے کرے۔ قریب والے گھر کو چھوڑ کر دور والے گھر کو ترجیح دینا جائز نہیں۔

☆ اگر بیت الخلا مصروف ہے اور اس کے فارغ ہونے کے انتظار میں وہاں ٹھہر گیا تو اس انتظار کی کوئی قباحت نہیں البتہ ضرورت سے فارغ ہونے کے بعد ٹھہرنا جائز نہیں۔

☆ بیت الخلا کو جاتے یا آتے وقت راستہ میں سلام کا جواب دینا یا مختصر بات چیت کرنا جائز ہے بشرطیکہ اس بات چیت کے لئے ٹھہرنا نہ پڑے۔

☆ اگر کوئی شخص راستے میں ٹھہرانے کی کوشش کرے تو چلتے چلتے اسے یہ بتا دے کہ میں اعتکاف میں ہوں اس لئے ٹھہر نہیں سکتا۔ اگر کسی کے ٹھہرانے پر کچھ دیر کے لئے ٹھہر گیا یا راستہ میں کسی قرض خواہ نے روک لیا تو امام ابو حنیفہ رحمتہ اللہ علیہ کے نزدیک اس کا اعتکاف ٹوٹ جاتا ہے۔

اذان

اگر کوئی مؤذن معتکف ہو اور اسے اذان دینے کے لئے مسجد سے باہر جانا پڑے تو اس کے لئے بھی باہر نکلنا جائز ہے۔ مگر آذان کے بعد نہ ٹھہرے۔ اگر کوئی شخص باقاعدہ موذن تو نہیں ہے لیکن کسی وقت کی اذان دینا چاہتا ہے تو اس کے لئے بھی اذان کی غرض سے باہر نکلنا جائز ہے۔ (احکام اعتکاف)

نماز جمعہ

☆ بہتر یہ ہے کہ اعتکاف کسی ایسی مسجد میں کیا جائے جہاں نماز جمعہ ہوتی ہوتا کہ جمعہ کے لئے باہر نہ جانا پڑے لیکن اگر کسی مسجد میں جمعہ کی نماز نہیں ہوتی مگر نماز پنجگانہ باجماعت کا اہتمام ہے تو بھی اس میں اعتکاف کرنا جائز ہے۔

☆ ایسی صورت میں نماز جمعہ پڑھنے کے لئے دوسری مسجد میں جانا بھی جائز ہے۔ لیکن اس غرض کے لئے ایسے وقت اپنی مسجد سے نکلے جب

اسے اندازہ ہو کہ جامع مسجد پہنچنے کے بعد وہ چار رکعت سنت ادا کرے گا تو اس کے فوراً بعد خطبہ شروع ہو جائے گا۔

☆ جب کسی دوسری جامع میں نماز جمعہ پڑھنے کے لئے گیا ہو تو فرض پڑھنے کے بعد سنتیں بھی وہاں پڑھ سکتا ہے۔ لیکن اس کے بعد ٹھہرنا جائز نہیں تاہم اگر ضرورت سے زیادہ ٹھہر گیا تو چونکہ مسجد میں ٹھہرا ہے اس لئے اعتکاف فاسد نہ ہوگا۔

☆ اگر کوئی شخص جامع مسجد میں جمعہ پڑھنے کے لئے گیا اور وہاں جا کر باقی ماندہ اعتکاف اسی مسجد میں پورا کرنے کے لئے وہیں ٹھہر گیا تو اس سے اعتکاف تو صحیح ہو جائے گا مگر ایسا کرنا مکروہ ہے۔

(احکام اعتکاف بحوالہ فتاوی عالمگیری، شامی، بدائع)

دوسری مسجد میں منتقل ہونا

ہر معتکف کے لئے ضروری ہے کہ اس نے جس مسجد میں اعتکاف شروع کیا اسی میں پورا کرے لیکن اگر کوئی ایسی مجبوری پیش آ جائے کہ وہاں اعتکاف کرنا ممکن نہ رہے مثلاً وہ مسجد منہدم ہو جائے یا کوئی شخص زبردستی وہاں سے نکال دے یا وہاں رہنے میں جان و مال کا کوئی قوی خطرہ ہو تو دوسری مسجد میں منتقل ہو کر اعتکاف پورا کرنا جائز ہے اور اس غرض کے لئے باہر نکلنے سے اعتکاف نہیں ٹوٹے گا، بشرطیکہ وہاں سے نکلنے کے بعد راستے میں کہیں نہ ٹھہرے بلکہ سیدھا دوسری مسجد میں چلا جائے۔

معتکف کا نماز جنازہ اور عبادت کے لئے جانا

☆ عام حالات میں کسی معتکف کے لئے نماز جنازہ میں شرکت یا کسی مریض کی بیمار پرسی کے لئے مسجد سے باہر نکلنا جائز نہیں لیکن اگر قضائے حاجت کے لئے نکلا تھا اور ضمناً راستے میں کسی کی بیمار پرسی کرلی یا کسی کی نماز جنازہ میں شرکت کرلی تو جائز ہے اس سے اعتکاف نہیں ٹوٹتا۔ لیکن شرط یہ ہے کہ نماز جنازہ یا عبادت کی نیت

سے نہ نکلے بلکہ نیت قضائے حاجت کی ہو اور بعد میں یہ کام بھی کرے، کیونکہ اگر ان کاموں کی نیت سے نکلے گا تو اعتکاف ٹوٹ جائے گا نیز یہ بھی شرط ہے کہ نماز جنازہ اور عبادت کے لئے راستے سے ہٹنا نہ پڑے بلکہ یہ کام راستے ہی میں ہو جائیں پھر عیادت مریض تو چلتے چلتے کرنی چاہیے چنانچہ حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ آنحضرت صلی اللہ علیہ وسلم چلتے چلتے بیمار پرسی کر لیتے تھے اس غرض کے لئے رکتے نہ تھے اور نماز جنازہ میں یہ شرط ہے کہ نماز کے بعد بالکل نہ ٹھہرے۔

☆ اگر اعتکاف کی نیت کرتے وقت ہی یہ شرط کر لی تھی کہ میں اعتکاف کے دوران کسی مریض کی عیادت اور نماز جنازہ میں شرکت یا کسی علمی و دینی مجلس میں شمولیت کے جانا چاہوں گا تو چلا جاؤں گا تو اس صورت میں ان اغراض کے لئے مسجد سے باہر جانا جائز ہے اور اس سے اعتکاف نہیں ٹوٹے گا لیکن اس طرح اعتکاف نفلی ہو جائے گا مسنون نہ رہے گا۔ (احکام اعتکاف)

☆ بیت الخلا جاتے وقت راستہ میں اگر سگریٹ وغیرہ چلتے چلتے پیا جائے تو اس میں کچھ حرج نہیں ہے۔

معتکف اور غسل

☆ حالت اعتکاف میں بحالت نیند دن یا رات میں احتلام ہو جائے تو اس سے اعتکاف میں کچھ فرق نہیں آئے گا۔ ایسی صورت میں معتکف پہلے تیمّم کرے پھر غسل کا اہتمام کرے۔

☆ معتکف اپنے غسل کے لئے خود پانی اور برتن وغیرہ لا سکتا ہے۔ تاہم بتقاضائے احتیاط کسی دوسرے سے کروالے تو بہتر ہوگا۔ اگر غسل کا انتظام کوئی دوسرا شخص کر رہا ہو تو معتکف انتظام ہونے تک تیمّم کر کے مسجد ہی میں رہے۔

☆ اگر غسل کا یا گرم پانی کا انتظام مسجد میں نہ ہو تو اس صورت میں اپنے قریب ترین گھر میں یا کسی قریبی حمام میں جا کر غسل کر سکتا ہے یہ احتیاط رہے کہ وقت کم از کم صرف ہو۔

☆ اگر معتکف کو ایسی مجبوری نہیں پسینہ کی جو ختم کرنے کی غرض سے یا گرمی کے اثرات ختم کرنے کی غرض سے غسل کرنا چاہے تو باہر جانے کی بجائے پلاسٹک پیپر (Polythin Sheet) 1.5×1.5 میٹر لے کر مسجد کے فرش کے آخری حصے میں بچھائیں کہ پلاسٹک کے تین کنارے مسجد کی طرف رہیں اور ایک حصہ باہر کی جانب، اب مسجد کی طرف والے تین کناروں پر اینٹیں رکھ دیں اور مسجد کی جانب منہ کر کے غسل کرے تا کہ پانی مسجد سے باہر گرے اس طرح مسجد میں غسل کرنا جائز ہے۔ غسل جمعہ بھی اسی طرح کیا جا سکتا ہے۔

اعتکاف ٹوٹنے کا حکم

☆ مذکورہ بالا وجوہ میں سے جس وجہ سے بھی اعتکاف مسنون ٹوٹا ہو اس کا حکم یہ ہے کہ جس دن میں اعتکاف ٹوٹا ہے صرف اسی دن کی قضا واجب ہوگی اور اس ایک دن کی قضا کا طریقہ یہ ہے کہ اگر اسی رمضان میں وقت باقی ہو تو اسی رمضان میں کسی دن غروب آفتاب سے اگلے دن غروب آفتاب تک قضا کی نیت سے اعتکاف کر لیں اور اگر اس رمضان میں وقت باقی نہ ہو یا کسی وجہ سے اس میں اعتکاف ممکن نہ ہو تو رمضان کے علاوہ کسی بھی دن روزہ رکھ کر ایک دن کے لئے اعتکاف کیا جا سکتا ہے اور آئندہ رمضان میں قضا کرے تو بھی قضا صحیح ہو جائے گی بہتر یہی ہے کہ جلد از جلد قضا کرنی چاہیے۔ (احکام اعتکاف بحوالہ شامی)

☆ اعتکاف مسنون ٹوٹ جانے کے بعد مسجد سے نکلنا ضروری نہیں۔

بلکہ عشرہ اخیرہ کے بقیہ ایام نفل کی نیت سے اعتکاف جاری رکھا جا سکتا ہے- اس طرح سنت موکدہ تو ادا نہیں ہوگی لیکن نفلی اعتکاف کا ثواب ملے گا- اور اگر اعتکاف کسی غیر اختیاری بھول چوک کی وجہ سے ٹوٹا ہے تو عجب نہیں کہ اللہ تعالیٰ عشرہ اخیرہ کے مسنون اعتکاف کا ثواب بھی اپنی رحمت سے عطا فرما دیں- اس لئے اعتکاف ٹوٹنے کی صورت میں بہتر یہی ہے کہ عشرہ اخیرہ ختم ہونے تک اعتکاف جاری رکھے تو بھی جائز ہے اور یہ بھی جائز ہے کہ جس دن کا اعتکاف ٹوٹا ہے اس دن باہر چلا جائے اور اگلے دن سے بہ نیت نفل پھر اعتکاف شروع کر دے-

☆ ایک دن کے اعتکاف کی قضاء کا طریقہ اگرچہ فقہاء نے صاف صاف نہیں لکھا لیکن قواعد سے یوں معلوم ہوتا ہے کہ اگر اعتکاف دن میں ٹوٹا ہو تو صرف دن کی قضاء واجب ہوگی یعنی قضا کے لئے صبح صادق سے پہلے مسجد میں داخل ہو، روزہ رکھے اور اسی روز شام کو غروب آفتاب کے وقت نکل آئے اور اگر اعتکاف رات کو ٹوٹا ہے تو رات اور دن دونوں کی قضا کرے- یعنی شام کو غروب آفتاب سے پہلے مسجد میں داخل ہو- رات بھر وہیں رہے، روزہ رکھے، اور اگلے دن غروب آفتاب کے بعد مسجد سے باہر نکلے کیونکہ یہ اعتکاف واجب ہے اور اعتکاف منذور کا حکم یہی ہے-

آداب اعتکاف

اعتکاف کا مقصد چونکہ یہ ہے کہ انسان دوسرے تمام مشاغل سے کنارہ کش ہو کر اللہ تعالیٰ ہی کی یاد کی طرف اپنے آپ کو لگائے اس لئے اعتکاف کے دوران غیر ضروری کاموں اور باتوں یعنی دنیاوی معاملات کو موضوع بنا کر اس پر گفتگو یا بحث کرنے سے بچنا چاہیے- اور جس قدر وقت ملے نوافل پڑھنے- تلاوت قرآن اور دوسری عبادتوں اور اذکار میں وقت گزارنا چاہیے- نیز علم دین کے پڑھنے پڑھانے وعظ و نصیحت کرنے اور دینی کتب

کے مطالعے میں بھی حرج نہیں بلکہ باعث ثواب ہے-

اعتکاف کا ٹوٹ جانا

مندرجہ ذیل چیزوں سے اعتکاف ٹوٹ جاتا ہے-

طبعی ضرورتوں جن کی شرعی اجازت ہے ان کے علاوہ کسی بھی مقصد سے اگر کوئی معتکف حدود مسجد سے باہر نکل جائے خواہ یہ باہر نکلنا ایک لمحے کیلئے ہی ہو تو اس سے اعتکاف ٹوٹ جائے گا-

مسجد سے باہر نکلنے سے مراد یہ نہیں کہ سر مسجد سے باہر نکال دیا تو اس سے اعتکاف ٹوٹ گیا بلکہ یہ کہ دونوں پاؤں مسجد سے باہر نکال کر چلنا وغیرہ-

☆ اگر کوئی معتکف کسی شرعی ضرورت کے پیش نظر حدود مسجد سے باہر گیا اور اپنی ضرورت سے فراغت کے بعد چاہے ایک لمحے کے لئے ٹھہر جائے اس سے اعتکاف ٹوٹ جاتا ہے-

☆ بلا ضرورت شرعی مسجد سے باہر نکلنا خواہ جان بوجھ کر ہو یا بھول کر یا غلطی سے بہرصورت اس سے اعتکاف ٹوٹ جاتا ہے البتہ اگر بھول کر یا غلطی سے باہر نکلا ہے تو اس سے اعتکاف توڑنے کا گناہ نہیں ہوگا-

☆ اگر کوئی شخص احاطہ مسجد کے کسی حصے کو مسجد سمجھ کر اس میں چلا گیا حالانکہ درحقیقت وہ حصہ مسجد میں شامل نہیں تھا تو اس سے بھی اعتکاف ٹوٹ گیا اسی لئے یہ ضروری ہے کہ معتکف ہونے سے قبل حدود مسجد اچھی طرح معلوم کر لینی چاہئے-

☆ اعتکاف کے لئے چونکہ روزہ شرط ہے اس لئے روزہ توڑ دینے سے بھی اعتکاف ٹوٹ جاتا ہے- خواہ یہ روزہ کسی عذر سے توڑا ہو یا بلا عذر- جان بوجھ کر توڑا ہو یا غلطی سے ٹوٹا ہو- ہر صورت میں اعتکاف ٹوٹ جاتا ہے- غلطی سے روزہ ٹوٹنے کا مطلب یہ ہے کہ روزہ تو یاد تھا لیکن بے اختیار کوئی عمل ایسا ہو گیا جو روزے کے منافی

تھا مثلاً صبح صادق طلوع ہونے کے بعد تک کھاتے رہے یا غروب آفتاب سے پہلے یہ سمجھ کر روزہ افطار کرلیا کہ افطار کا وقت ہو چکا ہے یا روزہ یاد ہونے کے باوجود کلی کرتے وقت غلطی سے پانی حلق میں چلا گیا تو ان تمام صورتوں میں روزہ بھی جاتا رہا اور اعتکاف بھی ٹوٹ گیا۔

لیکن اگر روزہ ہی یاد نہ رہا اور بھول کر کچھ کھا پی لیا تو اس سے روزہ بھی نہیں ٹوٹا اور اعتکاف بھی فاسد نہیں ہوا۔

☆ دوران اعتکاف جماع کرنے سے بھی اعتکاف ٹوٹ جاتا ہے خواہ یہ جماع قصداً کرے یا سہواً دن میں کرے یا رات میں۔ مسجد میں کرے یا مسجد سے باہر۔ اس سے انزال ہو یا نہ ہو ہر صورت میں اعتکاف ٹوٹ جاتا ہے۔

☆ بوس وکنار اعتکاف کی حالت میں ناجائز ہے اور اگر اس سے انزال ہو جائے تو اس سے اعتکاف بھی ٹوٹ جاتا ہے۔ لیکن انزال نہ ہو تو ناجائز ہونے کے باوجود اعتکاف نہیں ٹوٹتا۔

کن صورتوں میں اعتکاف توڑنا جائز ہے

درج ذیل صورتوں میں اعتکاف توڑنا جائز ہے۔

☆ دوران اعتکاف کوئی ایسی بیماری ہوگئی جس کے علاج کے لئے مسجد سے باہر نکلنا ناگزیر ہو تو اعتکاف توڑنا جائز ہے۔

☆ کسی ڈوبتے یا جلتے ہوئے آدمی کو بچانے یا آگ بجھانے کے لئے بھی اعتکاف توڑ کر باہر نکل آنا جائز ہے۔

☆ ماں باپ، بیوی، بچوں میں سے کسی کی سخت بیماری کی وجہ سے بھی اعتکاف توڑنا جائز ہے۔

☆ کوئی شخص زبردستی باہر نکال کرلے جائے مثلاً حکومت کی طرف سے وارنٹ گرفتاری تو بھی اعتکاف توڑنا جائز ہے۔

☆ اگر کوئی جنازہ آجائے اور نماز پڑھنے والا کوئی اور نہ ہو تب بھی اعتکاف توڑنا جائز ہے۔

مباحات اعتکاف

حالت اعتکاف میں درج ذیل کام بلاکراہت جائز ہیں۔

کھانا، پینا، سونا، ضروری خرید فروخت کرنا بشرطیکہ سودا مسجد میں نہ لایا جائے۔ اور خرید وفروخت ضروریات زندگی کے لئے ہو لیکن مسجد کو باقاعدہ تجارت گاہ بنانا جائز نہیں۔

☆ حجامت کرانا (لیکن بال مسجد میں نہ گریں)

☆ بات چیت کرنا (لیکن فضول گوئی سے پرہیز ضروری ہے)

☆ نکاح یا کوئی اور عقد کرنا۔

☆ کپڑے بدلنا، خوشبو لگانا، سر میں تیل لگانا۔

☆ مسجد میں کسی مریض کا معائینہ کرنا، نسخہ لکھ دینا یا دوا بتا دینا۔

☆ قرآن کریم یا دینی علوم کی تعلیم دینا۔

☆ کپڑے دھونا اور کپڑے سینا (کپڑے دھوتے وقت پانی مسجد سے باہر گرے اور خود مسجد میں رہے اسی طرح برتن بھی دھوئے جاسکتے ہیں)

☆ جتنے اعمال اعتکاف کے لئے مفسد یا مکروہ نہیں ہیں اور فی نفسہ بھی حلال ہیں وہ سب اعتکاف کی حالت میں جائز ہیں (احکام اعتکاف)

مکروہات اعتکاف

حالت اعتکاف میں درج ذیل امور مکروہ ہیں۔

☆ بالکل خاموشی اختیار کرنا کیونکہ شریعت میں بالکل خاموش رہنا کوئی عبادت نہیں اگر خاموشی کو عبادت سمجھ کر کرے گا تو بدعت کا گناہ ہوگا۔ البتہ اگر اس کو عبادت نہ سمجھے لیکن گناہ سے اجتناب کی خاطر حتی الامکان خاموشی کا اہتمام کرے تو اس میں کچھ حرج نہیں ہے۔ البتہ جہاں ضرورت ہو وہاں بولنے سے پرہیز نہ کرنا چاہیے۔

☆ فضول اور بلا ضرورت باتیں کرنا بھی مکروہ ہے-ضرورت کے مطابق تھوڑی بہت گفتگو تو جائز ہے-لیکن مسجد کو فضول گوئی کی جگہ بنانے سے احتراز لازم ہے-

☆ سامان تجارت مسجد میں لاکر بیچنا بھی مکروہ ہے-

☆ اعتکاف کے لئے مسجد کی اتنی جگہ گھیر لینا جس سے دوسرے معتکفین یا نمازیوں کو تکلیف پہنچے-

☆ اجرت پر کتابت کرنا- کپڑے سینا یا تعلیم دینا بھی معتکف کے لئے فقہاء نے مکروہ لکھا ہے- البتہ جو شخص اس کے بغیر ایام اعتکاف کی روزی بھی کما نہ سکتا ہو اس کے لئے بیع پر قیاس کر کے گنجائش معلوم ہوتی ہے- واللہ اعلم (احکام اعتکاف)

عورتوں کا اعتکاف

☆ فضیلت اعتکاف سے مستفیض ہونا صرف مردوں ہی کے لئے مختص نہیں بلکہ خواتین بھی اس سے بھرپور استفادہ کرسکتی ہیں- لیکن عورتوں کو مسجد میں اعتکاف نہیں کرنا چاہئے بلکہ ان کا اعتکاف گھر ہی میں ہوسکتا ہے- وہ اس طرح کہ گھر میں جو جگہ نماز پڑھنے اور عبادت کے لئے بنائی ہوئی ہو اسی جگہ اعتکاف میں بیٹھ جائیں اگر پہلے ہی سے گھر میں کوئی ایسی جگہ مخصوص نہ ہو تو اعتکاف سے پہلے کوئی ایسی جگہ مخصوص کرلیں اور اس میں اعتکاف کرلیں-

☆ اگر گھر میں نماز کے لئے کوئی الگ سے جگہ بنی ہوئی نہیں ہے اور کسی وجہ سے ایسی جگہ مستقل طور سے بنانا بھی ممکن نہ ہو تو گھر کے کسی بھی حصے کو عارضی طور پر اعتکاف کے لئے مخصوص کر کے وہاں عورت اعتکاف کرسکتی ہے-

☆ اگر عورت شادی شدہ ہو تو اعتکاف کے لئے شوہر سے اجازت لینا ضروری ہے شوہر کی اجازت کے بغیر بیوی کے لئے اعتکاف کرنا جائز

نہیں- (شوہروں کو چاہیے کہ وہ بلاوجہ عورتوں کو اعتکاف سے محروم نہ کریں)

☆ اگر عورت نے شوہر کی اجازت سے اعتکاف شروع کردیا بعد میں شوہر منع کرنا چاہے تو اب منع نہیں کرسکتا اور اگر منع کرے گا تو بیوی کے ذمہ اس کی تعمیل واجب نہیں-

☆ عورت کے اعتکاف کے لئے یہ بھی ضروری ہے کہ وہ ایام حیض (ایام ماہواری) اور نفاس سے پاک ہو-

☆ عورت کو اعتکاف مسنون شروع کرنے سے پہلے یہ دیکھ لینا چاہیے کہ ان دنوں میں اسکی ماہواری کی تاریخیں آنے والی تو نہیں ہیں- اگر تاریخیں رمضان کے آخری عشرہ میں آنے والی ہوں تو مسنون اعتکاف نہ کرے البتہ ماہواری شروع ہونے سے پہلے پہلے تک نفلی اعتکاف کرسکتی ہے-

☆ اگر کسی عورت نے اعتکاف شروع کردیا پھر اعتکاف کے دوران ماہواری شروع ہوگئی تو اس پر واجب ہے کہ ماہواری شروع ہوتے ہی فوراً اعتکاف چھوڑ دے- اس صورت میں جس دن اعتکاف چھوڑا ہے صرف اس دن کی قضا اس کے ذمہ واجب ہوگی- جس کا طریقہ یہ ہے کہ ماہواری سے پاک ہونے کے بعد کسی دن روزہ رکھ کر اعتکاف کرے- اگر رمضان کے دن باقی ہوں تو رمضان میں قضا کرسکتی ہے- اس صورت میں رمضان کا روزہ ہی کافی ہوگا- لیکن اگر پاک ہونے پر رمضان ختم ہوجائے تو رمضان کے بعد کسی دن خاص طور پر اعتکاف ہی کے لئے روزہ رکھ کر ایک دن کے اعتکاف کی قضاء کرے-

☆ عورت نے گھر کی جس جگہ اعتکاف کیا ہو وہ اس کے لئے اعتکاف کے دوران مسجد کے حکم میں ہے وہاں سے شرعی ضرورت کے بغیر ہٹنا جائز نہیں وہاں سے اٹھ کر گھر کے کسی اور حصے میں بھی نہیں جاسکتی اگر

جائے گی تو اعتکاف ٹوٹ جائے گا۔

☆ عورت کے لئے بھی اعتکاف کی جگہ سے ہٹنے کے وہی احکام ہیں جو مردوں کے لئے ہیں جن ضروریات کی وجہ سے مردوں کے لئے مسجد سے نکلنا جائز ہے ان ضروریات کے لئے عورتوں کو بھی اپنی اعتکاف کی جگہ سے ہٹنا جائز ہے اور جن کاموں کے لئے مردوں کو مسجد سے نکلنا جائز نہیں ان کے لئے عورتوں کو بھی اپنی جگہ سے ہٹنا جائز نہیں۔ اس لئے عورتوں کو چاہیے کہ اعتکاف میں بیٹھنے سے پہلے ان تمام مسائل کو اچھی طرح سمجھ لیں جو "اعتکاف مسنون" سے متعلق ہیں۔

☆ عورتیں اعتکاف کے دوران اپنی جگہ بیٹھے بیٹھے سینے پرونے کا کام کر سکتی ہیں۔ گھر کے کاموں کے لئے دوسروں کو ہدایات بھی دے سکتی ہیں مگر خود اٹھ کر نہ جائیں نیز بہتر یہ ہے کہ اعتکاف کے دوران ساری توجہ تلاوت، ذکر، تسبیحات اور عبادت کی طرف رہے۔ دوسرے کاموں میں زیادہ وقت صرف نہ کریں۔

فضائل اعتکاف

معتکف چونکہ دنیاوی مسائل، گھریلو جھنجٹ اور ان تمام چیزوں کو نظر انداز کر کے مسجد کے ایک گوشہ کو گوشہ عافیت سمجھ کر معتکف ہو جاتا ہے جو مسجد سے باہر یعنی گھر اس کی عبادات میں مخل ہوتی تھیں تاکہ وہ مسجد میں بیٹھ کر یکسوئی سے عبادات اور قرب الٰہی حاصل کرے۔ علاوہ ازیں شب قدر کی فضیلت بھی با آسانی حاصل کر سکتا ہے۔

حافظ ابن قیم رحمتہ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ اعتکاف کی روح دل کو اللہ پاک کی ذات کے ساتھ وابستہ کر لینا ہے معتکف کو چاہیے اپنے تمام خیالات و توجہات کو یکسو کر کے اللہ جل شانہٗ کی طرف متوجہ ہو جائے تاکہ اللہ کی محبت دل میں سما جائے مخلوق کی بجائے خالق کا انس پیدا ہو جائے جو قبر کی وحشت میں کام آئے۔ کیونکہ وہاں رحمت خداوندی کے سوا کوئی مونس وغمخوار نہ ہوگا۔ اگر دل اللہ جل شانہٗ کی محبت وشوق سے بھر جائے تو وہ وقت کس لذت کے ساتھ گزرے گا اس ایک ساعت کے مقابلہ میں ہفت اقلیم کی بادشاہت بھی کچھ نہ ہوگی۔

دخول جنت کی ضمانت

حضرت ابودردا رضی اللہ عنہ نے کہا کہ میں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے سنا کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم فرماتے ہیں مسجد ہر پرہیزگار کا گھر ہے اور جس شخص نے بھی مسجد کو اپنا ٹھکانہ بنایا تو اللہ تعالیٰ اسے اطمینان قلب، بخششیں و رحمت اپنی رضا و خوشنودی، پل صراط سے آسانی سے گزرنے اور جنت میں دخول کی ضمانت دیتا ہے۔

(تحفہ رمضان، بحوالہ مجمع الزواید)

جہنم سے نجات

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ وہ ایک دن مسجد نبویؐ میں معتکف تھے آپ کے پاس ایک شخص آیا اور سلام کر کے چپ چاپ بیٹھ گیا۔ حضرت عبداللہ بن عباس نے اس سے دریافت کیا کہ میں تمہیں غم زدہ اور پریشان دیکھ رہا ہوں کیا بات ہے؟ اس نے کہا کہ اے رسول اللہ کے چچا کے بیٹے میں بے شک پریشان ہوں کہ فلاں کا مجھ پر حق ہے (نبی اکرمؐ کی قبر کی جانب اشارہ کر کے کہا) کہ قبر والے کی عزت کی قسم میں اس حق کے ادا کرنے پر قادر نہیں ہوں۔ حضرت عبداللہ نے فرمایا کہ اچھا میں اس سے تیری سفارش کروں گا اس شخص نے کہا جیسے آپ مناسب سمجھیں۔ حضرت عبداللہ بن عباس یہ سن کر جوتا پہن کر مسجد سے باہر تشریف لائے اس شخص نے عرض کیا کہ آپ اپنا اعتکاف بھول گئے ہیں؟ فرمایا بھولا نہیں ہوں بلکہ میں نے اس قبر والے صلی اللہ علیہ وسلم سے سنا ہے اور ابھی زمانہ کچھ زیادہ نہیں گزرا (یہ کہتے ہوئے ابن عباس کی آنکھوں سے آنسو رواں ہو گئے) کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم فرما رہے تھے کہ

"جو شخص اپنے بھائی کے کسی کام میں چلے پھرے اور کوشش کرے اس کے لئے دس سال کے اعتکاف سے افضل ہے اور جو شخص ایک دن کا اعتکاف بھی اللہ تعالیٰ کی رضا کے لئے کرتا ہے تو اللہ تعالیٰ اس کے اور جہنم کے درمیان تین خندقیں آڑ فرما دیتے ہیں جس کی مسافت آسمان اور زمین کی درمیانی مسافت زیادہ چوڑی ہے۔

(تحفہ رمضان بحوالہ البیہقی ۔ الترغیب ۔ مجمع الزاوائد)

دو حج اور دو عمروں کا ثواب

حضرت حسین بن علی رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جو شخص رمضان میں دس دن کا اعتکاف کرے گا اسے دو (نفلی) حج اور دو عمرے کرنے کا ثواب ہوگا۔ (تحفہ رمضان بحوالہ الجامع اشعب الایمان)

معتکف گناہوں سے محفوظ رہتا ہے

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے اعتکاف کرنے والے شخص کے متعلق فرمایا کہ وہ گناہوں سے الگ تھلگ ہو جاتا ہے اور اس کو ان سب نیکیوں کا ثواب ملتا رہتا ہے جو اعتکاف کے سبب وہ نہیں کر سکتا۔

(سنن ابن ماجہ)

چونکہ معتکف دنیاوی کاموں سے کنارہ کش ہو کر اپنے آپ کو ذکر الٰہی مختلف عبادات۔ تلاوت قرآن مجید کے لئے وقف کر دیتا ہے اور امور معاصی سے دامن کشاں ہو جاتا ہے۔ اسی بنا پر ان تمام نیکیوں کا ثواب ملتا رہتا ہے جو کہ مشاغل دنیاوی کے ساتھ ساتھ مشکل ہوتا ہے۔

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا

"مکہ کے گلی کوچوں میں منادی کر دیں کہ صدقہ فطر ہر مسلمان پر واجب ہے۔"

(ترمذی)

صدقہ فطر

صدقہ فطر

تکمیل صیام پر اللہ تعالیٰ نے مسلمانوں کو عید کی صورت میں مسرت آگیں لمحات عطا فرمائے ہیں- نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم جب مدینہ منورہ تشریف لائے تو اس وقت وہاں سال میں دو تہوار منائے جاتے تھے- جہالت کی ان رسوم میں رقص و سرود اور جام و مینا کے سوا کچھ نہ تھا نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے مسلمانوں کو نوید دی کہ ''اللہ تعالیٰ نے تمہارے لئے ان دو دنوں کے بدلے ان سے بہتر دو دن مقرر کر دیئے ہیں عید الفطر اور عید قربان کا دن'' (ابوداود)

مسلمانوں کے لئے یکم شوال کا سورج خوشیوں کا پیامبر بن کر طلوع ہوتا ہے- چونکہ خوشیاں منانے کا سبھی کو بلا امتیاز حق ہے اس لئے اسلام نے ان غربا، مساکین اور مستحقین کا پورا پورا احساس کرتے ہوئے ہر اس شخص پر جو صاحب نصاب ہے اس پر اپنی طرف سے اور اپنے نابالغ بچوں کی طرف سے صدقہ فطر (مقدار مقررہ فی کس) واجب کر دیا اور مشروط کر دیا گیا کہ اسے نماز عید الفطر کی ادائیگی سے قبل غربا اور مساکین تک پہنچا دو تا کہ وہ اپنے بچوں کے لئے کچھ پکا سکیں اور ان کے بچے بھی تمہارے بچوں کی طرح خوشیوں میں شریک ہو سکیں-

صدقہ فطر کی افادیت

صدقہ فطر ادا کرنے سے ایک تو حکم شرعی کی تکمیل کا ثواب ملتا ہے اس کے علاوہ

☆ صدقہ فطر روزوں کی پاک و صاف کرنے کا ذریعہ ہے- روزے کی حالت میں جو فضول گوئی کی اور گندی اور خراب باتیں زبان سے نکلیں صدقہ فطر کی ادائیگی سے روزے ان چیزوں سے پاک ہو جائیں گے-

☆ عید کے دن ناداروں اور مسکینوں کی خوراک کا انتظام ہو جاتا ہے اسی لئے عید کی نماز کو جانے سے قبل صدقہ فطر ادا کرنے کا حکم دیا گیا

صدقہ فطر کی ادائیگی کا مقصد حقیقی یہ ہے کہ لایعنی گفتگو- بدکلامی کی روزے میں جو ملاوٹ ہو گئی ان کی تطہیر اور تکمیل ہو جاتی ہے جس طرح نماز میں فرائض کی تکمیل کے لئے سنتیں مقرر کی گئی ہیں ایسا ہی یہ صدقہ فطر مقرر ہوا گویا صدقہ فطر کی ادائیگی سے ہر وہ چیز رفع ہو جاتی ہے جو روزوں کی قبولیت کی راہ میں حائل ہو سکتی ہے (ماسوائے گناہ کبیرہ و شرک کے) اگر مسلہ کی رو سے کسی پر صدقہ فطر واجب نہ بھی ہو تب بھی ادائیگی کی کوشش کرنی چاہئے کیونکہ خرچ بہت کم ہے مگر اس کی مسلمہ افادیت بہت زیادہ-

صدقہ فطر کس پر واجب ہے

صدقہ فطر ہر اس شخص پر واجب ہے جس پر زکوٰۃ فرض ہو یا ساڑھے باون تولے چاندی یا اسکی مالیت (قیمت) کی ملکیت میں ہو یا اگر سونا چاندی اور نقد رقم نہ ہو اور ضرورت سے زائد سامان گھر میں اس قدر موجود ہو جس کی قیمت ساڑھے باون تولے چاندی کی بن سکتی ہو تو اس پر بھی صدقہ فطر واجب ہے- زکوٰۃ فرض ہونے کے لئے یہ شرط ہے کہ مال نصاب پر ایک سال گزر جائے لیکن صدقہ فطر واجب ہونے کے لئے یہ شرط نہیں ہے- اگر رمضان المبارک کی تیس تاریخ کو کسی کے پاس اتنا مال (نقد یا کسی اور صورت میں) آ گیا جس پر صدقۃ الفطر واجب ہو جاتا ہے تو عید الفطر کی صبح صادق ہوتے ہی اس پر صدقہ فطر واجب ہو جاتا ہے-

مقدار صدقہ فطر

حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے صدقہ فطر کو ضروری قرار دیا (فی کس) ایک صاع کھجوریں یا اس قدر جو دیئے جائیں- غلام اور آزاد- مذکر اور مونث (یعنی مرد اور عورت اور ہر چھوٹے بڑے مسلمان کی طرف سے اور نماز عید کے لئے لوگوں کو جانے سے پہلے ادا کرنے کا حکم فرمایا- (صحیح بخاری و مسلم)

حضرت ابن عمرو ابن عاص رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ایک شخص کو بھیجا کہ مکہ مکرمہ کے گلی کوچوں میں منادی کر دیں کہ صدقہ فطر ہر مسلمان پر واجب ہے خواہ مرد ہو یا عورت، آزاد ہو یا غلام، چھوٹا ہو یا بڑا دو مد (تقریباً دو سیر گیہوں یا اس کے سوا ایک صاع (ساڑھے تین سیر تقریباً) غلہ کا-

(اسوۂ رسول اکرم بحوالہ ترمذی)

صدقہ فطر کس کی طرف سے ادا کیا جائے

صدقہ فطر ہر بالغ مرد و عورت پر اپنی طرف سے دینا واجب ہے ہر صاحب نصاب مرد اپنی طرف سے اور اپنے نابالغ بچوں کی طرف سے ادا کرے بیوی اور بالغ اولاد کا صدقہ فطر ادا کرنا شوہر کے ذمے نہیں ہے-

اگر بیوی کہے کہ میری طرف سے ادا کر دو اور شوہر بیوی کی طرف سے ادا کر دے تو بھی درست ہے اسی طرح اگر مرد اپنی مرضی سے اپنی بالغ اولاد کا صدقہ فطر ادا کرنا چاہے تو بھی ادائیگی ہو جائے گی-

جب مسلمان جہاد کیا کرتے تھے تو ان کے پاس جو کافر قیدی ہو کر آتے تھے تو ان کو غلام یا باندی بنا لیا جاتا تھا جس کی ملکیت میں غلام یا باندی ہو اس کے اوپر غلام اور باندی کی طرف سے بھی صدقہ فطر دینا واجب ہوتا تھا-

صدقہ فطر کی ادائیگی کا وقت

☆ صدقہ فطر عید کے دن کی صبح طلوع ہونے پر واجب ہوتا ہے اگر کوئی شخص اس سے پہلے مر جائے تو اس کی طرف سے صدقہ فطر واجب نہیں-

☆ صدقہ فطر عید سے قبل بھی ادا کیا جا سکتا ہے بہر حال عید کی نماز پڑھنے سے قبل کسی بھی وقت ادا کرنا ضروری ہے-

☆ اگر کسی نے نماز عید سے قبل یا بعد قطعی ادائیگی نہ کی تو یہ ساقط نہ ہوگا بلکہ اس کی ادائیگی برابر واجب الذمہ رہے گی-

☆ جو بچہ عید الفطر کی صبح صادق کے بعد پیدا ہوا ہو اس کی طرف سے صدقہ فطر دینا واجب نہیں-

جس نے روزے نہ رکھے ہوں اس پر صدقہ فطر

اگر کسی بالغ مرد یا عورت نے کسی وجہ سے روزے نہ رکھے ہوں تب بھی صدقہ فطر کا نصاب ہونے پر صدقہ کی ادائیگی واجب ہے-

صدقہ فطر کیا دیا جائے

نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ادائیگی صدقہ فطر میں درہم و دینار یعنی سونے چاندی یا کسی بھی سکے کا ذکر نہیں فرمایا بلکہ سہولت امت کے پیش نظر ایسی اشیاء بتائیں جو گھروں میں عام طور سے کھائی جاتی ہیں-

حدیث شریف میں ایک صاع کھجور یا ایک صاع جو فی کس صدقہ فطر کی ادائیگی کے لئے دینے کا ذکر ہے دیگر احادیث میں ایک صاع پنیر یا ایک صاع زبیب (کشمش) دینے کا بھی ذکر آیا ہے- بعض روایات میں ایک صاع گیہوں دو آدمیوں کی طرف سے بطور صدقہ فطر دینا بھی وارد ہوا ہے-

حضرت امام ابو حنیفہ رحمۃ اللہ علیہ کا مسلک بھی یہی ہے کہ اگر صدقہ فطر میں جو دے تو ایک صاع دے اور اگر گیہوں دے تو نصف صاع ادا کرے-

تصریح

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے زمانہ میں اجناس یعنی جو گیہوں وغیرہ وزن کر کے یعنی تول کر خرید و فروخت کرنے کی بجائے ناپ کر خرید و فروخت کا رواج تھا تو اس زمانے میں رائج ایک پیمانہ تھا جسے صاع کہا جاتا تھا جس کا وزن فی زمانہ تقریباً 3 کلو 50 گرام ہے-

علمائے ہند نے جب حساب لگایا تو ایک شخص کا صدقہ فطر گیہوں کے اعتبار سے (مساوی نصف صاع) ایک سیر ساڑھے گیارہ چھٹانک تجویز کیا جو آج کے اعشاری نظام کے مطابق 1 کلو 574 گرام 640 ملی گرام بنتا ہے اگر ایک گھر میں میاں بیوی اور چند

نابالغ بچے ہوں تو مرد پر اپنی طرف سے اور ہر نابالغ اولاد کی طرف سے صدقہ فطر میں فی کس ایک کلو 600 گرام تقریباً گندم یا تین کلو 50 گرام جو یا چھوہارہ- یا کشمش یا پنیر ادا کرے یہ واضح رہے کہ بیوی کی طرف سے مرد پر صدقہ دینا واجب نہیں ہے اور ماں جتنی بھی مال دار ہو نابالغ اولاد کا صدقہ فطر ادا کرنا اس پر واجب نہیں بلکہ یہ صدقہ باپ پر واجب ہوتا ہے-

صدقہ فطر میں اور کیا کیا؟

☆ صدقہ فطر میں گیہوں کا آٹا بھی مذکورہ وزن کے مطابق یعنی اگر گندم کا آٹا ہے تو نصف صاع اور اگر جو کا آٹا ہے تو ایک صاع دیا جاسکتا ہے-

☆ صدقہ فطر میں گندم یا جو کی قیمت بھی دی جاسکتی ہے- علمائے کرام کے قریب نقد ادائیگی زیادہ بہتر ہے کیونکہ نقد رقم سے وہ اشیائے خورد ونوش کے علاوہ بھی اپنی دیگر ضروریات پوری کرسکتا ہے مثلاً بچوں کے لئے کپڑے اور جوتا وغیرہ خریدنا چاہتا ہو-

☆ اگر گیہوں اور جو کے علاوہ کسی دوسری جنس سے صدقہ فطر ادا کرے یعنی گیہوں اور جو اگر دستیاب نہ ہوں تو چنا، چاول، جوار، مکئی وغیرہ دینا چاہے تو اتنی مقدار میں دے کہ اسکی مالیت ایک کلو چھ سو گرام گندم یا اس سے دوگنا جو کے وزن کی قیمت کے برابر ہوجائے-

صدقہ فطر کیسے ادا کیا جائے؟

ایک شخص کا صدقہ فطر ایک محتاج کو دے دینا یا تھوڑا تھوڑا کر کے کئی محتاجوں کو دے دینا دونوں صورتوں میں جائز ہے اور اس طرح بھی جائز ہے کہ ایک گھرانے کے تمام افراد کا صدقہ فطر ایک ہی محتاج کو دے دیا جائے-

صاحب نصاب کو صدقہ فطر دینا جائز نہیں

جس پر زکوۃ واجب ہو یا زکوۃ واجب ہونے کے مساوی اس کے پاس مال ہو یا ضرورت سے زائد اتنا سامان ہو جس کی وجہ سے صدقہ فطر واجب ہوجاتا ہے تو ایسے شخص کو صدقہ فطر دینا جائز نہیں- جس کی حیثیت اس سے کم ہو شریعت کے نزدیک وہ فقیر ہے اسے زکوۃ اور صدقہ فطر دیا جاسکتا ہے-

رشتہ داروں کو صدقہ فطر دینا

☆ اپنی اولاد یا ماں باپ اور دادا، دادی، نانا، نانی کو زکوۃ اور صدقہ فطر نہیں دے سکتے البتہ دوسرے رشتہ داروں مثلاً بہن، بھائی، چچا، ماموں خالہ وغیرہ کو دے سکتے ہیں-

☆ اگر شوہر اپنی بیوی کو یا بیوی اپنے شوہر کو صدقہ فطر ادا کرے تو ادائیگی نہ ہوگی-

☆ سادات کو بھی صدقہ فطر دینا جائز نہیں-

توضیح

کچھ لوگ پیشہ ور دریوزہ گروں کے ظاہری پھٹے پرانے کپڑوں کو دیکھ کر یا کسی عورت کو بیوہ پا کر زکوۃ یا صدقہ فطر دیتے ہیں- محض پھٹے پرانے کپڑے یا بیوہ ہی نہیں بلکہ ان کے بارہ میں یہ تحقیق بھی لازم ہے کہ کیا وہ خود صاحب نصاب تو نہیں ہے- بعض اوقات بیوہ عورت کے پاس بقدر نصاب زیور ہوتا ہے اسی ہی طرح روزانہ گداگری کرنے والوں کے پاس اچھی خاصی مالیت ہوا کرتی ہے ایسے لوگوں کو (صاحب نصاب) دینے سے صدقہ کی ادائیگی نہ ہوگی-

☆ جن رشتہ داروں کو زکوۃ اور صدقہ فطر دینا جائز ہے ان کو دینے سے دوہرا ثواب ملتا ہے کیونکہ اس طرح صلہ رحمی بھی ہوجاتی ہے-

☆ اپنے غریب ملازموں یا نوکروں کو بھی زکوۃ اور صدقہ فطر دے سکتے

ہیں مگران کی تنخواہ میں لگانا درست نہیں۔

☆ اگر بالغ عورت اس قابل ہے کہ اس کو صدقہ فطر دیا جاسکے تو اسے دے سکتے ہیں اگرچہ اس کے میکے والے مالدار ہوں۔

☆ حضرت فاطمہ، حضرت علی، حضرت جعفر، حضرت عقیل، اور حضرت عباس بن عبدالمطلب یا حارث بن عبدالمطلب کی اولاد کو صدقہ دینا درست نہیں۔

☆ صدقہ فطر سے مسجد، مدرسہ، سکول، غسل خانہ، مسافر خانہ پل، سڑک یا کسی قسم کی عمارت بنوانا، کنواں یا نلکا لگوانا، یا کسی میت کے کفن ودفن میں خرچ کرنا یا کسی کی میت کی طرف سے اس کا قرض ادا کرنا درست نہیں ہے۔ البتہ اگر کسی غریب کو اس کا مالک بنا دیا جائے اور پھر وہ شخص اگر اپنی مرضی سے کسی تعمیر یا کفن دفن وغیرہ پہ خرچ کر دے تو جائز ہے۔

☆ ایک شہر سے دوسرے شہر میں صدقہ فطر بھیجنا مکروہ ہے۔ اگر دوسرے شہر میں اس کے غریب رشتہ دار رہتے ہوں یا وہاں کے لوگ زیادہ محتاج ہوں یا وہ لوگ دین کے کام میں لگے ہوئے ہوں تو ان کو بھیج دیا تو مکروہ نہیں۔

☆ رشتہ داروں سے مراد بھائی، بہن، بھتیجا، بھتیجی، بھانجا، بھانجی، چچا، چچی، پھوپھا، پھوپھی، خالہ، خالو، ماموں، ممانی، ساس، سسر سالہ، بہنوئی، سوتیلی ماں، سوتیلا باپ، ان سب کو صدقہ فطر دینا درست ہے۔

لیلۃ الجائزہ

رمضان المبارک کی آخری شب جو انتہائی فضیلت اور انعام کی رات ہے جسے ہمارے معاشرہ میں چاندرات کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے جس میں لوگ چاندرات کی خریداری۔ دوستوں کے ساتھ ہلا گلا کرنے یا پھر ٹی وی کے سامنے بیٹھ کر گزار دیتے ہیں حالانکہ یہ رات لہو ولعب غیر اسلامی اور غیر اخلاقی مشاغل کے لئے نہیں بلکہ انعام ونجات کی رات ہے۔

شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد ذکریا رحمتہ اللہ علیہ (فضائل اعمال) میں لکھتے ہیں کہ ''جب عیدالفطر کی رات ہوتی ہے تو اس کا نام (آسمانوں پر) لیلۃ الجائزہ (انعام کی رات) سے لیا جاتا ہے۔ ''بیہقی'' کی ایک روایت کے مطابق فرشتوں میں اس رات کا نام لیلۃ الجائزہ ہے۔

> حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ رمضان کی آخری رات میں آپ کی امت کے لیے مغفرت اور بخشش کا فیصلہ کیا جاتا ہے آپ سے دریافت کیا گیا یارسول اللہ کیا وہ شب قدر ہوتی ہے آپ نے فرمایا کہ شب قدر تو نہیں ہوتی لیکن بات یہ ہے کہ عمل کرنے والا جب اپنا عمل پورا کر دے تو اس کو پوری اجرت مل جاتی ہے۔
>
> (معارف الحدیث بحوالہ مسند احمد)
>
> حضرت جابر بن عبداللہ رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا جب رمضان المبارک کی آخری

رات ہوتی ہے تو اللہ تعالیٰ ان سب لوگوں کی مغفرت فرما دیتا ہے۔

جماعت صحابہ میں سے کسی ایک شخص نے عرض کی یا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کیا یہ وہی رات لیلۃ القدر ہے؟ تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا نہیں: کیا تم نے نہیں دیکھا کہ مزدور کام کرتے رہتے ہیں۔ پھر جب کام سے فارغ ہوتے ہیں تو اس وقت ان کی مزدوری پوری دے دی جاتی ہے۔

(تحفہ رمضان بحوالہ مسند احمد، الجامع شعب الایمان)

حضرت ابوامامہ رضی اللہ عنہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم سے روایت کرتے ہیں کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جس شخص نے دونوں عیدوں کی راتوں میں ثواب کی نیت سے عبادت کی اس کا دل اس دن نہیں مرے گا جس دن لوگوں کے دل مردہ ہو جائیں گے۔

(فضیلت کی راتیں بحوالہ سنن ابن ماجہ)

شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد زکریا رحمتہ اللہ علیہ مذکورہ حدیث کی شرح میں فرماتے ہیں کہ ”یعنی فتنہ فساد کے وقت جب لوگوں کے قلوب پر مردنی چھا جاتی ہے ان کا دل زندہ رہے گا اور ممکن ہے کہ صور پھونکے جانے کا دن مراد ہو کہ ان کی روح بے ہوش نہ ہوگی۔

(فضائل رمضان)

جنت واجب ہوگی

حضرت معاذ بن جبل رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جس شخص نے پانچ راتیں زندہ رکھیں اس کے لئے جنت واجب ہوگئی (یعنی) آٹھویں ذوالحجہ کی شب، نویں ذوالحجہ کی شب عیدالاضحیٰ کی رات، عیدالفطر کی رات، پندرھویں شعبان کی رات۔ (فضیلت کی راتیں بحوالہ الترغیب والترتیب)

ان پانچ راتوں کو زندہ رکھنے کا مفہوم یہ ہے کہ ان راتوں کو زندہ رکھنے والوں کے لئے جنت واجب ہوجاتی ہے مطلب یہ ہے کہ جو لوگ ان راتوں میں جاگ کر ذکر الٰہی اور عبادت میں لگے رہیں گے اللہ تعالیٰ ان پر اپنا خاص فضل وکرم فرمائیں گے۔

دعا مسترد نہیں ہوتی

حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ پانچ راتیں ایسی ہیں جن میں کی جانے والی دعا رد نہیں ہوتی شب جمعہ، رجب کی پہلی رات، شعبان کی پندرھویں شب، عیدالفطر کی رات اور عیدالاضحیٰ کی رات۔ (فضیلت کی راتیں بحوالہ شعب الایمان۔ البیہقی)

یعنی جو شخص اس شب عبادات میں مشغول رہتا ہے تو اس رات میں کی جانے والی کوئی بھی دعا مسترد نہیں ہوگی بلکہ تمام دعائیں قبول ہوں گی کیونکہ یہ رات ہے ہی انعامات کی تقسیم کی۔

لیلۃ الجائزہ کیسے گزاریں؟

حدیث مبارکہ کے حوالہ سے عیدین کی راتوں میں بھی شب بیداری کرنا مستحب ہے ان راتوں میں شب بیداری کے لئے کوئی مخصوص طریقہ عبادت مقرر نہیں ہے اس شب میں اپنے طبعی شوق ومحبت کے ساتھ جس طرح بھی خدا کو یاد کرسکیں کریں۔ تلاوت قرآن کریں نوافل ادا کریں یا تسبیحات کریں اور اپنے لئے اپنے والدین اور اولاد کے لئے خوب دعائیں کیجئے اور یہ بات بطور خاص ذہن میں رہے کہ شب بیداری اور لیلۃ الجائزہ کے شوق عبادت میں کہیں فجر کی جماعت نہ ہاتھ سے نکل جائے۔

انعامات کیا کیا ہیں

جب عید کی صبح ہوتی ہے تو اللہ پاک فرشتوں کو تمام شہروں میں بھیجتے ہیں وہ زمین پر اتر کر تمام گلیوں، راستوں کے سروں پر کھڑے ہو جاتے ہیں اور ایسی آواز سے جس کو جنات اور انسانوں کے سوا ہر مخلوق سنتی ہے پکارتے ہیں کہ اے محمد صلی اللہ علیہ وسلم کی امت اس کریم رب کی طرف چلو جو بہت زیادہ عطا فرمانے والا ہے اور بڑے قصور معاف کرنے والا ہے پھر جب لوگ عیدگاہ کی طرف نکلتے ہیں تو اللہ تعالیٰ فرشتوں سے دریافت فرماتے ہیں کہ کیا بدلہ ہے اس مزدور کا جو اپنا کام پورا کرچکا ہو وہ عرض کرتے ہیں کہ اے ہمارے معبود اور ہمارے مالک اس کا بدلہ یہی ہے کہ اس کی مزدوری پوری پوری دے دی جائے تو

حق تعالیٰ شانہ فرماتے ہیں کہ اے فرشتوں میں تمہیں گواہ بناتا ہوں کہ میں نے ان کو رمضان کے روزوں اور تراویح کے بدلہ میں اپنی رضا اور مغفرت عطاء کردی اور بندوں سے خطاب فرما کر ارشاد ہوتا ہے کہ اے میرے بندو مجھ سے مانگو میری عزت کی قسم میرے جلال کی قسم آج کے دن اس اجتماع میں مجھ سے اپنی آخرت کے بارے میں جو بھی سوال کرو گے عطا کروں گا اور دنیا کے بارے میں جو سوال کرو گے اس پر تمہاری مصلحت پر نظر کروں گا میری عزت کی قسم ہے کہ جب تک تم میرا خیال رکھو گے میں تمہاری لغزشوں پر ستاری کروں گا۔ میری عزت کی قسم اور میرے جلال کی قسم میں تمہیں مجرموں اور کافروں کے سامنے رسوا اور فضیحت نہ کروں گا۔ بس اب بخشے بخشائے اپنے گھروں کو لوٹ جاؤ تم نے مجھے راضی کردیا اور میں تم سے راضی ہوگیا پس فرشتے اس اجر وثواب کو دیکھ کر جو اس امت کو ملتا ہے خوشیاں مناتے اور کھل جاتے ہیں۔

(فضائل اعمال)

عیدالفطر

شوال کے چاند کی رویت رمضان المبارک کو الوداع کرتے ہوئے مسرت وشادمانی کی نوید دیتی ہے اس دن کو عیدالفطر کہتے ہیں۔ یہ دن کھانے پینے اور خوشیاں منانے اور عزیز وا قارب اور دوست احباب کو ملنے کے لئے مختص ہے۔

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا تم سال میں دو دن خوشی مناتے تھے اب اللہ تعالیٰ نے ان سے بہتر تم کو دو دن عطاء فرماتے ہیں۔ عیدالفطر اور عیدالاضحیٰ اور ارشاد فرمایا کہ یہ ایام کھانے پینے اور باہم خوشی کا لطف اٹھانے اور خدا کو یاد کرنے کے لئے ہیں۔

(اسوہ رسول اکرم بحوالہ شرح معانی الآثار)

مسرت کے ان لمحات صادقہ کی بنا پر عید کے دن روزہ ممنوع قرار دیا گیا۔

عید کے مفاہیم

☆ لفظ عید عود سے مشتق ہے اور عود کا معنی ہے پھرنا۔ لوٹ کر آنا وغیرہ عید کو عید اس لئے کہتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ اس دن اپنے بندوں پر اپنی خصوصی رحمت، بخشش اور مغفرت لوٹاتا ہے۔

☆ اردو لغت کے مطابق عید کا مفہوم بڑی خوشی کا ہے۔ یعنی ایسی خوشی جو کسی انسان کو بڑی آزمائشوں سے گزرنے یا مشکلات جھیلنے کے بعد بطور انعام حاصل ہو۔ اور اگر ایسی ہی خوشی من حیث القوم حاصل ہو جائے تو وہ دن بطور تہوار شمار کیا جاتا ہے۔ اس اسلامی تہوار کی بنیاد و اساس بھی خدا کی حمد وستائش اسکی توحید اور تہلیل وتکبیر پر ہے۔ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم جب مدینہ طیبہ تشریف لائے تو اس

وقت وہاں سال میں دو تہوار منائے جاتے تھے ان تہواروں کے موقع پر رقص وسرود، قمار بازی، و دیگر غیر اخلاقی مشاغل وغیرہ عام رواج تھا- نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے جہاں ان لوگوں کو پیغام اسلام پہنچایا وہاں انہیں یہ خوشخبری بھی سنائی کہ خدا تعالیٰ نے تمہارے لئے ان دو دنوں کے بدلے میں ان سے بہتر دو دن مقرر کر دیئے ہیں یعنی عید الفطر اور عید الاضحیٰ کا دن- (سنن ابوداود)

عید الفطر ۲ھ میں مقرر ہوئی-

احکام ومسائل عید الفطر

تکبیرات

شوال المکرّم کا چاند نظر آتے ہی تکبیریں پڑھنا شروع کر دینا چاہئیں- یعنی اٹھتے بیٹھتے - چلتے پھرتے - گھر میں یا گھر سے باہر- عید گاہ کی طرف جاتے ہوئے - عید گاہ میں اور عید گاہ سے واپسی پر تکبیریں بکثرت پڑھتے رہیں حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا-

ذینو اعیاد کم بالتکبیر-

یعنی اپنی عیدوں کو تکبیر سے مزین کرو- (تحفہ رمضان بحوالہ مجمع الزوائد-الترتیب)

☆ عید کے دن غسل کرنا، عمدہ لباس زیب تن کرنا اور خوشبو لگانا مسنون ہے- (طبرانی)

☆ عید کے دن روزہ رکھنا حرام ہے- (مسلم)

☆ عید الفطر کے دن کچھ کھا کر نماز عید کے لئے نکلنا سنت ہے (صحیح بخاری)

☆ عید الفطر کی صبح کو طاق کھجوریں کھا کر عید گاہ کو جانا سنت ہے- (صحیح بخاری-طبرانی)

☆ عید الفطر کے دن مسلمانوں کو صدقہ وخیرات کرنے کا حکم ہے- (صحیح بخاری)

☆ عید گاہ (نماز عید الفطر کے لئے) پیدل جائیں عذر کی صورت میں سواری پہ جا سکتے ہیں- (ترمذی)

☆ مرد، عورتیں، بچے سب عید گاہ جائیں- (مشکوۃ شریف)

☆ بارش کے سبب شہر میں پڑھ لینی جائز ہے- (صحیح مسلم)

☆ اس نماز کو جنگل میں ادا کرنا مسنون ہے (تجلیات رمضان بحوالہ بخاری)

☆ عید کی نماز میں نہ اذان کہیں نہ تکبیر (صحیح مسلم)

☆ نماز عید آبادی سے باہر کھلے میدان میں پڑھنی سنت ہے- (بحوالہ زاد المعیاد)

☆ عید کی نماز سے پہلے اور بعد کوئی نماز نہیں- (صحیح بخاری-مسلم)

☆ حائضہ عورتیں بھی عید گاہ جائیں نماز سے الگ رہیں اور دعا میں شامل ہوں- (صحیح بخاری ومسلم)

☆ عیدین میں نماز پہلے ہے اور خطبہ بعد میں (صحیح بخاری ومسلم)

☆ جس راستہ (نماز عید کے لئے) سب جائیں راستہ بدل کر واپس آئیں- (ترمذی)

جس شخص کی نماز با جماعت فوت ہو جائے وہ اکیلا نماز عید نہیں پڑھ سکتا- اس کے لئے جماعت شرط ہے البتہ کئی آدمی ہوں تو دوسری جماعت کر لینا واجب ہے- (اسواۃ رسول اکرم بحوالہ بہشتی گوہر)

☆ چونکہ ہر نماز کے بعد دعا مانگنا مسنون ہے اس لئے نماز کے بعد تو دعا مانگنا مسنون ہوگا مگر خطبہ کے بعد (تحفہ رمضان المبارک امداد الفتاویٰ)

☆ اگر امام عید کی تکبیر بھول جائے اور رکوع میں اسے خیال آئے تو اس کو چاہیے کہ وہ بغیر ہاتھ اٹھائے حالت رکوع میں ہی تکبیریں کہہ لے- قیام کی طرف نہ لوٹے- اگر قیام کی طرف آیا تب بھی نماز ہو جائے گی فاسد نہ ہوگی اور ہر حال میں بوجہ کثرت ازدحام کے سجدہ سہو- (تحفہ رمضان المبارک بحوالہ- درمختار-شامی)

☆ اگر کوئی شخص عید کی نماز میں ایسے وقت میں شریک ہوا کہ امام عید کی

تکبیروں سے فارغ ہوگیا تو اب قیام میں شریک ہوا ہے تو نیت باندھنے کے فوراً بعد تکبیریں کہہ لے۔ اگرچہ امام قرآن شروع کر چکا۔ اگر رکوع میں شریک ہوا تو اگر گمان غالب ہو کہ تکبیریں کہنے کے بعد امام کا رکوع مل جائے گا تو نیت باندھ کر پہلے تکبیریں کہہ لے اس کے بعد رکوع میں جائے اور اگر رکوع نہ ملنے کا خوف ہو تو رکوع میں امام کے ساتھ شریک ہو جائے اور حالت رکوع میں بجائے تسبیح کے تکبیریں کہہ لے مگر اس حالت میں تکبیر کہتے ہوئے ہاتھ نہ اٹھائے اور اگر تین مرتبہ تکبیریں کہنے سے پہلے ہی امام رکوع سے سر اٹھالے تو یہ مقتدی بھی کھڑا ہو جائے اور جس قدر تکبیریں رہ گئی ہوں وہ اس سے معاف ہیں۔ (تحفہ رمضان المبارک بحوالہ درمختار، شامی)

☆ اگر کسی کے عید کی ایک رکعت رہ گئی ہو تو امام کے سلام کے بعد جب وہ اسکو ادا کرنے لگے تو پہلے قرات کرے اس کے بعد یہ تکبیریں کہے۔ اگر دونوں رکعتیں رہ گئی ہوں یعنی دوسری رکعت کے رکوع کے بعد کوئی شخص شریک ہوا تو امام کے سلام کے بعد وہ اسی طرح عید کی نماز ادا کرے جس طرح امام نے ادا کی ہے یعنی پہلی رکعت میں سبحانک اللھم کے بعد قرآت سے پہلے تکبیریں کہے اور دوسری رکعت میں قرآن کے بعد۔

(تحفہ رمضان المبارک بحوالہ درمختار)

اگر کسی عذر سے پہلے دن نماز عید نہ پڑھی جا سکی ہو تو عید الفطر کی نماز دوسرے دن کے زوال تک پڑھی جاسکتی ہے۔ (تحفہ رمضان المبارک بحوالہ درمختار)

نماز عیدین

نماز عیدین میں بلا اذان و اقامت صرف رکعت ہیں (مسلم) ان دو رکعتوں سے پہلے یا بعد میں نوافل پڑھنا منع ہے۔

نماز عید اس ترتیب سے پڑھی جائے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم پہلی رکعت میں

تکبیریں ختم فرمالیتے تو قرآت شروع فرماتے سورۃ فاتحہ پھر اس کے بعد سورۃ ق والقرآن المجید ایک رکعت میں پڑھتے اور دوسری رکعت میں اقتربت الساعۃ و انشق القمر پڑھتے بسا اوفات آپ دو رکعتوں میں سبح اسم ربک الاعلی اور ھل اتاک حدیث الغاشیۃ۔ پڑھتے۔ (اسوہ رسول اکرم بحوالہ زاد المعیاد)

یہ واضح رہے کہ یہ سورتیں نماز عید کے لئے متعین نہیں دوسری سورتیں بھی پڑھی جا سکتی ہیں۔

نماز عید کی ترتیب

پہلے دو رکعت واجب نماز عید الفطر چھ واجب تکبیروں کے ساتھ اور مقتدی امام کی اقتدا کی بھی نیت کرے پھر نماز اس طرح پڑھی جائے کہ قبلہ کی طرف منہ کر کے امام کی اقتدا میں اللہ اکبر کہتے ہوئے رفع یدین کرے اور ہاتھ باندھ لے۔ پہلی رکعت میں سبحانک اللھم پڑھنے کے بعد قرات سے پہلے ہاتھ کانوں تک اٹھا کر اللہ اکبر کہے اور ہاتھ چھوڑ دے۔ دوسری بار پھر کانوں تک ہاتھ اٹھا کر تکبیر کہے اور ہاتھ چھوڑ دے تیسری بار بھی اسی ہی طرح ہاتھ اٹھا کر تکبیر کہے اور پھر ہاتھ باندھ لے اور قرآن شروع کرے۔ باقی پوری رکعت تمام نمازوں کی طرح ادا کرے۔ دوسری رکعت میں سورۃ فاتحہ اور قرآت کے بعد امام کی اقتدا میں تین تکبیروں کے ساتھ رفع یدین کرے اور ہاتھ چھوڑ دے چوتھی بار جب امام اللہ اکبر کہے تو تکبیر کے ساتھ رکوع میں چلا جائے۔ اس کے بعد باقی نماز عام نمازوں کی طرح پوری کرے۔ (اسوہ رسول اکرم بحوالہ بہشتی گوہر)

خطبہ عید

امام نماز کے بعد دو خطبے پڑھے۔ خطبہ کو تکبیر سے شروع کرے۔ پہلے خطبہ میں نو مرتبہ تکبیر کہے اور دوسرے خطبہ میں سات مرتبہ اور دونوں خطبات کے مابین خطبہ جمعہ کی طرح اتنی دیر تک بیٹھے جس میں تین مرتبہ سبحان اللہ پڑھا جا سکے۔ بہتر یہ ہے کہ جو شخص نماز پڑھائے خطبہ بھی وہی پڑھے۔ (تحفہ رمضان المبارک بحوالہ درمقتار)

عیداور جمعہ کا اجتماع ہو جائے تو؟

جب عید اور جمعہ ایک دن جمع ہو جائیں یعنی عید جمعہ کے دن ہو تو عید پڑھ لینے کے بعد مقامی لوگ جمعہ ضرور پڑھیں کیونکہ یہ فرض ہے۔ عید کے دن جمعہ پڑھنے اور نہ پڑھنے کا اختیار صرف غیر مقامی لوگوں کو ہے (کہ ان کے لئے اس میں بڑی مشقت ہے کہ عید پڑھ کر وہ اپنے گھروں و دوسری بستیوں میں جائیں اور پھر وہ بستیاں جہاں نماز جمعہ نہ پڑھائی جاتی ہو وہاں سے جمعہ پڑھنے کی غرض سے دوبارہ شہر آئیں)

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے خود عید کے دن جمعہ ترک نہیں کیا بلکہ عید کی نماز پڑھ لینے کے بعد اعلان فرما دیا کہ ہم مقامی لوگ تو بلاشبہ بدستور جمعہ ضرور پڑھیں گے پس جو شخص ہمارے ساتھ جمعہ پڑھنے کا ارادہ رکھتا ہے سو وہ جمعہ پڑھے اور جو شخص اپنے اہل و عیال میں اپنے گھر جانا چاہتا ہے وہ جا سکتا ہے۔

حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ

عن ابن عمر قال اجتمع عيدان علىٰ عهد رسول الله صلى الله عليه وسلم يوم فطر و جمعة' فصلى بهم رسول الله صلى الله عليه وسلم العيد ثم اقبل عليهم بوجهه— فقال! يايها الناس انكم قد اصبتم خيراً و اجراً، و انا مجمعون، فمن اراد ان يجمع معنا فليجمع، ومن احب ان يرجع الى اهله فليرجع—

حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما فرماتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے زمانہ میں دو عیدوں۔ عید الفطر اور جمعۃ المبارک کا اجتماع ہو گیا تو رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے عید کی نماز پڑھانے کے بعد لوگوں کی طرف متوجہ ہو کر دوران خطبہ اعلان فرما دیا کہ اے لوگو تم نے ہمارے ساتھ عید کی نماز پڑھ کر اچھا اجر حاصل کر لیا ہے

اب بات یہ ہے کہ آج جمعہ بھی ہے جو فرض ہے جسے ہم مقامی لوگ تو بدستور پڑھیں گے غیر مقامی اگر جمعہ پڑھ کر اپنے گھروں کو واپس جانا چاہیں تو خیر۔ ورنہ وہ جمعہ پڑھے بغیر اپنے گھروں کی طرف جا سکتے ہیں انہیں اجازت ہے۔ پھر اگر ان کے اپنے ہاں جمعہ ہوتا ہے تو وہاں پر جمعہ پڑھ لیں ورنہ اپنے اپنے مقام پر ظہر ضرور پڑھیں۔ انہیں یہاں پر پھر دوبارہ آنے کی ضرورت نہیں ہے کہ یہ بڑی مشقت ہے۔ (تحفہ رمضان بحوالہ ابن ماجہ، ابوداود۔ بیہقی)

حوالہ جاتی کتب

۱- امداد مسائل الصوم، محمد اقبال قریشی، ادارہ اسلامیات، لاہور

۲- اکابر کا رمضان، مولانا محمد ذکریا کاندھلوی، مکتبہ رشیدیہ، ساہیوال

۳- اسوہ رسول اکرم، ڈاکٹر عبدالحئی، تاج کمپنی لمیٹڈ، کراچی

۴- احکام اعتکاف، جسٹس مولانا محمد تقی عثمانی، بیت العلوم، کراچی

۵- ارکان اربعہ، مولانا سید ابوالحسن علی ندوی، دارالاشاعت، کراچی

۶- المرشد الامین، امام غزالی ترجمہ عبدالصمد صارم، آئینہ ادب لاہور

۷- احادیث میں مذکور نباتات، پھل و غذا، اقتدار فاروقی، خزینہ علم و ادب لاہور۔

۸- اسلام اور میڈیکل سائنس، حکیم قدرت اللہ قادری، مکتبہ دانیال، لاہور

۹- بارہ مہینوں کے فضائل واحکام، مفتی عبدالکریم، مفتی عبدالشکور ترمذی، ادارہ اسلامیات، لاہور

۱۰- تخلیق کائنات، ہارون یحییٰ، گلوبل سائنس ملٹی پبلی کیشنز، کراچی

۱۱- تحفہ رمضان المبارک، ابوحذیفہ محمد اسحٰق ملتانی، ادارہ تالیفات اشرفیہ، ملتان

۱۲- تحفہ رمضان، مولانا عبدالغفور اثری، ساجد قدیر شیخ، سیالکوٹ

۱۳- تجلیات رمضان، مولانا محمد صادق سیالکوٹی، مکتبہ نعمانیہ، گوجرانوالہ

۱۴- تکوین کائنات، مولانا محمد انور کلیم، مکتبہ محمودیہ، فیصل آباد

۱۵- جدید فقہی مسائل، مولانا خالد سیف اللہ رحمانی، پروگریسو بکس، لاہور

۱۶- دل کی بیماریاں اور علاج نبوی، ڈاکٹر خالد غزنوی، الفیصل ناشران کتب، لاہور

۱۷- رمضان کس طرح گزاریں، جسٹس مولانا محمد تقی عثمانی، بیت العلوم، کراچی

۱۸- روزہ اور سائنسی پہلو، حکیم قدرت اللہ قادری، مکتبہ دانیال، لاہور

۱۹- روحانی ڈائجسٹ، شمارہ فروری ۱۹۹۵ء، روحانی ڈائجسٹ، کراچی

۲۰- سیرۃ النبی (جلد پنجم)، علامہ شبلی نعمانی، سید سلیمان ندوی، مکتبہ مدنیہ، لاہور

۲۱- سنت نبوی اور جدید سائنس، حکیم طارق محمود چغتائی، دارالمطالعہ، حاصل پور

۲۲- صحت اور جدید ریسرچ، محمد زاہد راشدی، دارالمطالعہ، حاصل پور

۲۳- طب اور سائنس، حکیم محمد سعید، ہمدرد فاؤنڈیشن، کراچی

۲۴- طب نبوی اور جدید سائنس (۱)، ڈاکٹر خالد غزنوی، الفیصل ناشران کتب، لاہور

۲۵- طب نبوی اور جدید سائنس (۲)، ڈاکٹر خالد غزنوی، الفیصل ناشران کتب، لاہور

۲۶- عبادات اور جدید میڈیکل سائنس، ڈاکٹر عبداللہ محسن، اذان سحر پبلی کیشنز، لاہور

۲۷- علاج نبوی اور جدید سائنس، ڈاکٹر خالد غزنوی، الفیصل ناشران کتب، لاہور

۲۸- فضائل رمضان، مولانا محمد ذکریا کاندھلوی، تاج کمپنی لمیٹڈ، کراچی

۲۹- فضائل قرآن، مولانا محمد ذکریا کاندھلوی، دارالاشاعت، کراچی

۳۰- فضائل ذکر، مولانا محمد ذکریا کاندھلوی، دارالاشاعت، کراچی

۳۱- فضائل اعمال، مولانا محمد ذکریا کاندھلوی، دارالاشاعت، کراچی

۳۲- فضائل دعا، مولانا عاشق الٰہی بلندی شہری، دارالاشاعت، کراچی

۳۳- فضائل توبہ و استغفار، مولانا عاشق الٰہی بلندی شہری، مکتبہ حمادیہ، کراچی

۳۴- فضیلت کی راتیں، مولانا نعیم الدین، مکتبہ قاسمیہ، لاہور

۳۵- فلسفہ صوم، مولانا طاہر القادری، منہاج القرآن پبلشرز، لاہور

۳۶- فقہ النساء، محمد عطیہ خمیس، ادارہ معارف اسلامی، لاہور

۳۷- قرآن رہنمائے سائنس، ہارون یحیٰ، مکتبہ رحمانیہ، لاہور

۳۸- قرآن اور سائنسی انکشاف، ہارون یحیٰ، مکتبہ رحمانیہ، لاہور

۳۹- قرآن سائنس اور تہذیب و تمدن، ڈاکٹر حافظ حقانی میاں، دارالاشاعت، کراچی

۴۰- قرآنی آیات اور سائنسی حقائق، ڈاکٹر ہلوک نور باقی، انڈس پبلشنگ کارپوریشن، کراچی

۴۱- کائنات کی تخلیق، ہارون یحیٰ، گلوبل سائنس ملٹی پبلی کیشنز، کراچی

۴۲- ماہ رمضان کے فضائل و مسائل، مولانا مفتی عبدالروف سکھروی، بیت العلوم، کراچی

۴۳- معارف الحدیث (جلد چہارم)، مولانا محمد منظور نعمانی، مکتبہ رشیدیہ، ساہیوال

۴۴- ماہنامہ البلاغ، اشاعت خصوصی رمضان ۱۳۹۶ھ، البلاغ، کراچی

۴۵- ماہنامہ قومی صحت، اکتوبر ۲۰۰۲ء، ماہنامہ قومی صحت، لاہور

۴۶- مراقبہ، خواجہ شمس الدین عظیمی، الکتاب پبلی کیشنز، کراچی

۴۷- مسلم نفسیات، علی اکبر منصور، گورا پبلشرز لوئر مال، لاہور

۴۸- نباتات قرآن اقتدار احمد فاروقی، مکتبہ تعمیر انسانیت، لاہور